



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Virkistyspäivä hevostallilla Toivolan lastenkodin nuorille

Hiltunen, Minna
Lindgren, Ninette

2016 Otaniemi

Laurea-ammattikorkeakoulu
Otaniemi

Virkistyspäivä hevosallilla Toivolan lastenkodin nuorille

Minna Hiltunen ja Ninette Lindgren
Hoitotyön koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Helmikuu, 2016

Minna Hiltunen ja Ninette Lindgren

Virkistyspäivä hevosallilla Toivolan lastenkodin nuorille

Vuosi	2016	Sivumäärä	31
-------	------	-----------	----

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää virkistyspäivä hevosallilla Toivolan lastenkodin nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli elävöittää nuorten arkea ja tarjota heille uusia virikkeitä erilaisessa ympäristössä. Virkistyspäivän tarkoituksena oli tarjota tapahtumaan osallistuville nuorille virkistävää ja toiminnallista aktiviteettia eläinten parissa. Opinnäytetyö ja sen toiminnallinen osuus toteutettiin hoitotyön näkökulmasta. Opinnäytetyön tuotoksena oli virkistyspäivä sekä kirjallinen raportti päivästä. Opinnäytetyö pohjautuu teoreettiseen tietoon sekä aiempiin tutkimustuloksiin. Opinnäytetyön kohderyhmänä olivat huostaanotetut nuoret.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena sen kohderyhmän vuoksi. Opinnäytetyössä käytettiin laadullista lähestymistapaa sen väljässä merkityksessä. Ensinnäkin tarkoituksena oli tutkimuksen tuottamisen sijaan arvioida toiminnallisen opinnäytetyön tuotosta laadullisin keinoin. Toiseksi kirjallisen raportin teoriaosuus eli kirjallisuuskatsaus kirjoitettiin hoitotyön näkökulmasta alan tutkimuksia ja lähdekirjallisuutta hyödyntäen.

Johtopäätöksenä voidaan todeta teoreettisen tiedon, aiempien tutkimustulosten ja virkistyspäivän arvioinnista tehdyn yhteenvedon perusteella tämän tapaisen tapahtuman soveltuvan hyvin osaksi terveyttä edistävää ja kuntouttavaa hoitotyötä. Lisäksi sekä aiheesta koostettu teorialieto että toteutunut virkistyspäivä tukevat ajatusta eläinten positiivisista vaikutuksista nuoriin ja heidän mielenterveyteensä, oppimiseensa sekä keskittymiskykyynsä.

Minna Hiltunen and Ninette Lindgren

A Recreational Day at the Horse Stables for Youth Residents of Toivola Children's Home

Year	2016	Pages	31
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to arrange a recreational day at a horse stables for youth residents of Toivola children's home. During the day, functional activities with animals such as riding were arranged for the participants in an environment they were not used to. The thesis and its functional activities were conducted from the perspective of nursing. Its outcomes were a functional recreational day as well as a written report about the event and process of conducting this thesis based on theory and existing studies. The target group of this thesis the adolescents that had been taken into custody.

The thesis was carried out using functional methodology due to the target group in question. A qualitative, unstructured approach was applied. Firstly, the target was not to conduct a study but rather to assess the product of a functional thesis through qualitative methods. Secondly, the literature review of the report was written from the perspective of nursing, discussing studies and literature in this field of study. As a conclusion, based on theoretical knowledge, extant research and the findings of the recreational day, it can be noted that the recreational activities in this thesis suit well for health promotion and rehabilitating nursing. In addition, both existing theory and the findings of the recreational day support the notion of animals having a positive impact on the mental health, learning and concentration of adolescents.

Keywords: Child Protection, Child Custody, Young, Mental Health, Animals in Nursing

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Teoreettinen tausta	7
2.1	Nuoruus ikävaiheena	7
2.2	Lastenkoti nuoren kasvuympäristönä.....	8
2.3	Huostaanoton vaikutuksia nuoreen	9
2.4	Nuoret ja mielenterveys	10
2.5	Eläimet osana hoitotyötä.....	11
2.6	Eläinavusteinen psykoterapia hoitomuotona nuorille.....	13
2.7	Ratsastus nuorten kuntoutusmuotona.....	13
2.8	Eläimet mukana lastensuojelutyössä	15
3	Työelämäkumppani	15
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite.....	17
5	Opinnäytetyöprosessi	17
5.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	17
5.2	Toiminnallisen opinnäytetyön suunnitteluvaihe	18
5.3	Virkistyspäivän toteutus.....	19
5.4	Opinnäytetyön tuotoksen arviointi	19
6	Opinnäytetyön eettisyys	20
7	Opinnäytetyön luotettavuus.....	21
8	Pohdinta	22
9	Johtopäätökset sekä jatkotutkimus- ja kehittämisaiheet	23
10	Lähteet	25
	Liitteet	29

1 Johdanto

Tässä opinnäytetyössä käsitellään eläinten roolia osana hoitotyötä ja niiden vaikutusta huostaanotettujen nuorten mielenterveyteen. Eläinten vaikutuksesta ihmisen hyvinvointiin ja mielenterveyteen on saatu positiivisia tutkimustuloksia. Etenkin hevospedagogiikasta on tullut hyväksi havaittu kuntoutusmuoto. Hevospedagogiikkaa voidaan käyttää esimerkiksi nuoren syrjäytymisen ehkäisemisessä. Lastensuojelussa hevostoimintaa voidaan käyttää esimerkiksi harasteena tai sosiaalisena kuntoutusmenetelmänä. (Sosiaalipedagoginen Hevostoiminta ry 2015.) Opinnäytetyössä käsitellään myös muiden eläinten vaikutuksia nuorten mielenterveyteen. Esimerkiksi koira pystyy toimimaan apuna mielenterveyden tukemisessa. Se pystyy autamaan ihmistä mm. Sosiaalisessa ja emotionaalisessa kehityksessä sekä hyvinvoinnin lisäämisessä. (Ahonen 2013, 184.)

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, sillä eläinten käyttö hoitotyössä lisääntyy koko ajan. Jotta eläimet hyväksyttäisiin paremmin osaksi hoitotyötä ja niiden positiivisia vaikutuksia osattaisiin hyödyntää esimerkiksi mielenterveystyössä, vaatii eläinavusteinen työskentely vielä lisää tutkimuksia ja tarkastelua. Tällä hetkellä uskotaan, että eläimistä on hyötyä, mutta vielä puuttuu näyttöä, jotta eläinten käyttö tavoittaisi paremmin ammattipiirit. (Ikäheimo 2013, 6, 8.)

Opinnäytetyö toteutettiin Ohjaus hoitotyössä- hankkeessa. Hanke on entinen kolmiosairaalanhanke, jonka tarkoitus on ollut tuottaa opinnäytetöitä potilasohjauksesta ja hoitotyön opiskelijoiden ohjauksesta sisätautien, kirurgisen ja kuntouttavan hoitotyön alueilta. Ohjaus on yksi keskeinen hoitotyön tekijän ammatillisen osaamisen osa-alue. Ohjauksessa hoitaja ja asiakas selkeyttävät yhdessä asiakkaan tilannetta niin, että asiakkaalle muodostuu selkeä kuva, ja hän pystyy muodostamaan omia menettelytapojaan mahdollisten ongelmien ratkaisuun. (Kääriäinen & Kyngäs 2006.)

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena, koska kohderyhmänä olivat huostaanotetut nuoret. Toiminnallisuus on todettu hyväksi tavaksi työskennellä huostaanotettujen nuorten kanssa, sillä toiminnallisuuden kautta päästään yleensä paneutumaan esimerkiksi tunne-elämän ongelmiin. (THL 2015a) Toiminnallisuus vaikuttaa myös positiivisesti hyvinvointiin. Se lisää muun muassa tyytyväisyyttä, merkityksellisyyttä ja tarkoituksenmukaisuutta. (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykkönen 2011, 73.)

Opinnäytetyö kuvaa myös virkistyspäivän järjestämisen eri vaiheita. Tuotoksen onnistumista arvioitiin tarkkailemalla nuoria toiminnallisen päivän aikana sekä päivän lopuksi kysyttiin virkistyspäivään osallistujien arviota päivästä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää virkistyspäivä hevosstallilla Toivolan lastenkodin nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli elävöittää nuorten arkea sekä luoda heille uusia virikkeitä erilaisessa ympäristössä. Virkistyspäivän tarkoituksena oli tarjota tapahtumaan osallistuville nuorille virkistävää ja toiminnallista aktiviteettia eläinten parissa.

2 Teoreettinen tausta

Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys käsittelee aihepiirejä: nuoruus ikävaiheena, lastenkoti nuoren kasvuympäristönä, huostaanoton vaikutuksia nuoreen, nuoret ja mielenterveys, eläimet mielenterveyden tukena, sosiaalipedagoginen hevostoiminta, eläinavusteinen psykoterapia hoitomuotona nuorelle, ratsastus nuorten kuntoutusmuotona ja eläimet mukana lastensuojelutyössä.

Viime vuosina on alettu tutkimaan yhä enemmän eläinten vaikutusta ihmisen hyvinvointiin ja mielenterveyteen. Tulokset ovat olleet positiivisia. Etenkin hevospedagogiikasta on tullut hyväksi havaittu kuntoutusmuoto, jonka avulla voidaan ehkäistä esimerkiksi nuorten sosiaalista syrjäytymistä. (Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2015.)

Vaikka virkistyspäivä ei sisällä hevospedagogiikkaa, on opinnäytetyössä kuitenkin myös avattu hieman tätäkin toimintaa. Asia on tuotu esille tässä opinnäytetyössä, koska hevospedagogiikka antaa hyvän näkökulman siihen, miten hevosia voidaan hyödyntää hoitotyössä ja kuntoutuksessa. Jo pelkästään hevosten parissa olemisen ja niiden läsnäolon on tutkittu tuovan asiakkaille positiivisia kokemuksia (Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2015).

Työssä paneudutaan myös jonkin verran muiden eläinten hyödyntämiseen hoitotyössä sekä eläinten vaikutuksesta nuorten mielenterveyteen. Eläinten positiivisista vaikutuksista ihmisiin ollaan oltu tietoisia jo pitkään, mutta tutkittu näyttö on vielä puuttunut. Nykypäivänä on kuitenkin alettu tutkimaan aihetta enemmän ja käyttämään eläimiä osana hoitotyötä. Vielä kuitenkin kaivataan lisää aiheen esille tuomista ja tarkastelua (Ikäheimo 2013, 6 - 9).

Tässä toiminnallisen opinnäytetyön teoriaosuudessa asiantuntijakirjallisuutta ja tutkimustietoa on kerätty laajasti eri aloilta: hoitotyöstä, sosiaalityöstä, kasvatustieteistä ja psykologiasta.

2.1 Nuoruus ikävaiheena

Nuoruus on ihmisen toinen ikävaihe, joka tulee lapsuuden jälkeen (Aalberg n.d.). Nuoruusikää voi kuvailla eräänlaiseksi siirtymäajaksi lapsuudesta aikuisuuteen. Nuoruus alkaa fyysisestä puberteetista ja päättyy nuoreen aikuisuuteen. Nuoruuteen kuuluu muun muassa keskushermoston kehitys, hormonaaliset muutokset, ruumiillinen kasvu sekä kehitys, tunne-elämän ja kognitiivisten toimintojen muutokset. Nuoruusiän yhtenä keskeisenä tavoitteena on saavuttaa itse hankittu itsemääräämisoikeus, sukukypsyden saavuttaminen ja kasvupyrähdys. (Marttunen 2009.)

Nuoruuden ikävaiheeseen kuuluu nopea fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen kasvu sekä kehitys. Muutoksia nuori kokee myös oman seksuaalisuuden, perheen, kaveripiirin ja vanhempien suhteen. Hyvin nopeat muutokset voivat hämmentää nuorta ja tästä voi seurata erilaisia oireilua. Yleisimpiä ovat erilaiset tunneperäiset oireilut, jotka heijastavat eri kehitysvaiheita. Jokainen nuori on kuitenkin oma yksilönsä ja toisilla kehitysvaiheiden ominaispiirteet näkyvät voimakkaammin ulospäin, kun toisilla ne eivät välttämättä näy lainkaan. Tämä tulee huomioida nuorta tukiessa. Jokainen vaatii omansalaista tukemista, toinen voi tarvita rohkaisua itsenäistymiseen, kun taas toinen voi tarvita enemmän suojaa ulkoisilta ärsykkeiltä. (Marttunen & Karlsson 2013, 8 - 9.)

Nuoruusiän voi jakaa kolmeen eri kehitysvaiheeseen. Varhaisnuoria ovat noin 12 - 14 vuotiaat. Varhaisnuoruus alkaa puberteetin alkaessa ja kestää sukukypsyden saavuttamiseen asti. (Koistinen, Ruuskanen & Surakka, 2004, 73.) Tälle ikäryhmälle ominaista on fyysinen puberteetti ja nopeat fyysiset muutokset. Varhaisnuoruuden ominaispiirteitä ovat mielialojen vaihtelut sekä käytöksen ja ihmissuhteiden ailahtelu. Noin 15 - 17 vuotiaana on keskinuoruus, jolle tyypillinen ominaispiirre on, että tunteet alkavat tasaantua ja nuori pystyy hallitsemaan paremmin käytöstään ja suunnittelemaan toimintaansa. Myöhäisnuoruuteen, johon lasketaan noin 18-22- vuotiaat, kuuluu luonteenpiirteiden ja käyttäytymisen vakiintuminen. Nuori alkaa

myös kiinnittää huomiota entistä enemmän ympäröivään yhteiskuntaan. (Marttunen & Karlsson 2013, 8 - 9.)

Myös aivot kehittyvät läpi nuoruusiän. Uusilla aivotutkimuksilla on pystytty toteamaan, että erityisesti kehitystä tapahtuu aivoalueilla, jotka säätelevät käyttäytymistä, tunnistavat tunteita ja säätelevät oman käyttäytymisen suunnittelua. Nuorten aivot ovat helpommin alttiita erilaisille ulkoisille ärsykeille, joita ovat muun muassa psyykkinen trauma, päihteet ja voimakas stressi. (Marttunen & Karlsson 2013, 7; Aalberg n.d.) Tyttöjen aivoissa tapahtuu muutoksia 1 - 2 vuotta aikaisemmin kuin pojilla. Tutkimuksilla on myös pystytty todistamaan, että nuoruudessa aivosoluja tulee paljon lisää ja niiden toiminta kasvaa. Vuorovaikutus ympäristön kanssa vaikuttaa siihen, mitkä aivosolut jäävät vaikuttamaan. Siksi onkin tärkeää, että nuorilla olisi mahdollisuus aktiiviseen vuorovaikutukseen ympäristön kanssa ja eteenkin aikuisten kanssa. (Aalberg n.d.)

Nuoren tavoitteiden ja suunnitelmien muodostumista ohjaa nuoren näkemys tulevaisuuden maailmasta ja yhteiskunnan kehityspiirteistä. Nämä antavat suuntaa tarpeiden ja kiinnostuksen kohteiden synnylle. Vanhemmat ovat yksi suuri vaikuttaja nuoren tulevaisuuden kannalta. Vanhempi vaikuttaa normaalissa nuori-vanhempi suhteessa kolmella tavalla nuoren tulevaisuuden suunnitelmiin. Vanhemmat asettavat rajat, vaikuttavat perheen sisäiseen vuorovaikutukseen ja toimivat esimerkkinä. (Kainulainen 2012, 28.) Tästä voidaankin päätellä, että mikäli vanhempi ei ole kykeneväinen toimimaan rajojen asettajana tai näyttää huonoa esimerkkiä, miten se vaikuttaa nuoreen ja tämän tulevaisuuden suunnitelmiin. Nuoren ja vanhempien suhde yleensä paranee nuoren aikuistumisen myötä. Nuori alkaa vähitellen näkemään vanhemmat realistisesti ja näin hyväksyy heidät (Koistinen ym. 2004, 73.)

Kavereiden rooli vaihtelee nuoruusiässä kasvuprosessin edetessä. Aluksi ollaan tekemisissä lähinnä samaa sukupuolta olevien kanssa. Pojat välttelevät aluksi tyttöjä, mutta tytöt alkavat olemaan kiinnostuneita pojista. Lyhyet rakastumisjaksot tulevat osaksi nuoren elämää. (Koistinen ym. 2004, 73.) Nuoren tulevaisuuden näkymiin vaikuttaa myös koulu ja vertaisryhmä, eli muut saman ikäiset nuoret. Vanhemmat vaikuttavat yleensä nuoren pitkän aikavälin tulevaisuuden suunnitelmiin, kun taas kaverit vaikuttavat yleensä nuoren lähitulevaisuuden suunnitelmiin. Koulu puolestaan yleensä auttaa nuoria eteenpäin elämässä. (Kainulainen 2012, 28-29.)

2.2 Lastenkoti nuoren kasvu ympäristönä

Kun lapsi tai nuori päätetään jostakin syystä viranomaispäätöksellä sijoittaa asumaan lastenkotiin tai muuhun sijoitus paikkaan, puhutaan huostaanotosta (Kainulainen 2012, 10). Lapsi tai nuori on otettava huostaan ja hänelle on järjestettävä paikka sijaishuollosta, jos havaitaan puutteita lapsen tai nuoren huolenpidossa, kasvatusolosuhteet muuten uhkaavat nuoren terveyttä tai kehitystä, nuori itse vaarantaa oman terveytensä tai kehityksensä käyttämällä päihteitä, nuori tekee muuta kuin vähäisenä pidettävän rikoksen tai muu vastaava käytös (Lastensuojelulaki 40 §).

Lastenkoti on yksi lastensuojelulaitoksista. Muita vastaavia laitoksia ovat muun muassa nuorisokodit ja koulukodit. Lastensuojelulaitoksen määritelmä on oleellinen, koska vain laitoshuollossa on mahdollista soveltaa erilaisia rajoitustoimenpiteitä (Saastamoinen 2010, 89 - 90). Lastenkodin tarkoituksena on turvata lapsen tai nuoren terveys ja tarjota mahdollisimman hyvä paikka kasvulle ja kehitykselle (Kainulainen 2012, 10). Jokaiselle nuorelle laaditaan oma asiakassuunnitelma, johon laaditaan kasvatusmenetelmät ja joita toteutetaan, vaikka kaikki asianomaiset eivät olisi niistä yhtä mieltä. Asiakassuunnitelman laatii yhteistyössä sosiaalityöntekijän kanssa nuori, lastenkodin henkilökunta ja nuoren vanhemmat (Saastamoinen 2010, 81 - 82). Lastenkodeissa tulee ottaa myös huomioon, että nuorilla saattaa olla hyvin erilaiset taustat. Jollakin saattaa olla hyvin traumaattisia kokemuksia takanaan. Tämä on hyvä huomioida sijoituspaikkaa valitessa, samoin kuin lastenkodin resurssit. (Kainulainen 2012, 14.) Huostaanoton jälkeen valta päättää nuoren asioista siirtyy vanhemmilta sosiaalilautakunnalle.

Vanhemmat eivät menetä nuoren huoltajuutta, mutta päätökset nuoren hoidosta, kasvatuksesta, huolenpidosta, olinpaikasta ja valvonnasta tekee sosiaalilautakunta. (Saastamoinen 2010, 81.)

Lastenkodeissa pyritään luomaan nuorille mahdollisimman kodinomainen, mutta myös kuntouttava ja turvallinen ympäristö. Lastenkodeissa on yleensä myös omat erityisalueensa ja kiinnostuksenkohteensa, jotka ilmenevät erilaisina osaamisen alueina. Lastenkodeissa pyritään muodostamaan arki tietyn tyyppisten arkipäiväisten asioiden ympärille. Tällaisia ovat muun muassa päivärytmi, harrastukset, koti-illat, nuorten kanssa pidettävät palaverit, yhteistyö vanhempien kanssa sekä muut hoidossa käytettävät menetelmät. Näitä muita menetelmiä ovat esimerkiksi omahoitajan nimeäminen nuorelle, sekä toiminnallinen työskentelytapa nuorten kanssa. Toiminnallisuus on todettu hyväksi tavaksi työskennellä huostaan otettujen nuorten kanssa. Erilaisten toimintaelämykset ja kokemukset ovat todettu hyviksi nuorten kuntoutumisen kannalta. Toiminnallisuuden kautta päästään yleensä paneutumaan esimerkiksi tunne-elämän ongelmiin. (THL 2015a.) Toiminnan kautta koettu tyytyväisyys, merkityksellisyys ja tarkoituksenmukaisuus lisäävät hyvinvointia. Myös valinnan mahdollisuus, turvallisuus ja yhteisöön kuulumisen lisäävät hyvinvointia. (Hautala ym. 2011, 73.)

2.3 Huostaanoton vaikutuksia nuoreen

Huostaanoton vaikutuksia nuoreen on hankala arvioida, koska on haastavaa erottaa toisistaan ennen huostaanottoa vaikuttaneet tekijät, sen aikana vaikuttaneet tekijät ja vielä sen jälkeen vaikuttaneet tekijät. Tätä aihepiiriä koskevista tutkimuksista on saatu erilaisia tuloksia ympäri maailman. Osassa näistä tutkimuksista huostaanotosta on saatu positiivisia tuloksia, kun taas osassa negatiivisia tuloksia. Tutkimusten tulosten vertailtavuuteen vaikuttaa kuitenkin erilaiset lastensuojelukäytännöt eri maissa, kulttuurilliset tekijät, aineistojen erilaisuus ja aineistojen katoaminen. Erilaisissa tutkimuksissa lastensuojelulaitosten vaikutuksista on todettu, että noin 60-80% huostaan otetuista lapsista ja nuorista hyötyy tästä, mutta noin 20-40 % lapsista tai nuorista ei hyödy laitoshoidosta tai sillä on negatiivisia seurauksia nuoren elämään. (Pasanen, 2001, 16 - 17.)

Positiivisten vaikutusten on huomattu olevan yhteydessä nuoren ominaisuuksiin, hoidon ominaisuuksiin ja hoidon jälkeisiin tukitoimiin. Nuoren ominaisuuksilla tarkoitetaan, että nuoren mahdollinen oireilu on lievempää, koulu menestys hyvää, nuori omaa sosiaaliset taidot sekä nuoren ongelma on akuutti, eikä pitkällä aikavälillä kroonistunut ja kehittynyt ongelma. Tulee kuitenkin huomioida, että huostaanotetuilla nuorilla on yleensä juuri ongelmia yllä luetelluissa ominaisuuksissa, joten tarjotulla hoidolla on suuri merkitys positiivisten tulosten saamiseksi. Hoidon ominaisuuksilla puolestaan tarkoitetaan, että nuori saadaan kiinnittymään ystäväpiiriin ja hänellä on kavereita, nuori innostuu koulunkäynnistä, nuori sitoutuu omaan hoitoonsa ja siinä asetettuihin tavoitteisiin sekä nuori saadaan tekemään perhetyötä. (Pasanen 2001, 17.) Perhetyöllä tarkoitetaan sosiaalihuollon asiakuutta, mutta se ei vaadi välttämättä lastensuojelun asiakuutta. Perhetyö on asiakkaan ja hänen perheensä hyvinvoinnin tukemista. (THL 2015b.)

Tutkimustuloksista on noussut esille myös se, ettei huostaanotetuista nuorista voida puhua yhtenä ryhmänä, vaan jokaisen nuoren tilanne on yksilöllinen ja samoin näin huostaanoton vaikutukset ja nuoren tulevaisuuden näkymät vaihtelevat yksilöllisesti, riippuen nuoren taustasta ja tarpeista. Tutkimukset ovat kuitenkin myös osoittaneet, että huostaanotettujen nuorten tulevaisuus jakautuu usein kahteen ryhmään. Toisille onnistutaan muodostamaan turvallinen, pysyvä ja hyvinvointia tukeva tie eteenpäin. Toiselle pienelle vähemmistölle taas muodostuu mutkikkaampi tie, johon sisältyy turvattomuutta, ristiriitaisuutta ja katkonaisuutta. (Eronen 2013, 9 - 10.) Nuoret saattavat joutua asumaan useissa eri lastensuojelulaitoksissa, perhekodeissa tai sijaisperheissä elämänsä aikana. Tämä vaikuttaa usein negatiivisesti nuoreen. (Kainulainen 2012, 10.) Suurin huostaanoton päättymisen syy on, että nuori tulee täysi-ikäiseksi (Eronen 2013, 9).

Suomalaisessa viisivuotis-tutkimuksessa sosiaalityöntekijän arvion mukaan 86 % lapsista ja nuorista on hyötynyt huostaanotosta ja se on vastannut tarpeisiin hyvin ja luonut mahdollisuuden selviytyä eteenpäin elämässä. Tulosten mukaan myös lasten ja nuorten tilanne parani huomattavasti tulotilanteesta paremmaksi ja turvallisemmaksi. On myös arvioitu, että nuoret ovat saaneet tarpeeksi tukea ja apua poikkeuksellisiin tarpeisiin. Tutkimuksessa on myös kuvattu, että näitä poikkeuksellisia tarpeita oli lapsilla ja nuorilla paljon. 65 % lapsista ja nuorista todettiin olevan jonkin tyyppisiä mielenterveyteen liittyviä erityistarpeita. Tutkimus osoittaa, että hoito ei näiden osalta toteutunut yhtä hyvin. Myös koulunkäyntiin liittyvät erityistarpeet jäivät usean kohdalla toteuttamatta. Arjen sujumiseen, kommunikointiin ja terveyteen liittyvät tarpeet puolestaan järjestyivät sujuvasti ja suurimman osan kohdalla hyvin. (Eronen 2013, 10.)

Mielenterveysongelmien ja koulunkäynnin erikoistarpeet tulisi jatkossa huomioida paremmin lasten ja nuorten laitoshuollossa, jotta päästäisiin mahdollisesti parempiin tuloksiin lasten ja nuorten huostaanottojen onnistumisessa. Myös sijaishuollon sosiaalisilla suhteilla, vanhempien ja suvun suhteilla sekä lähiverkoston suhteilla on suuri merkitystä lapsen tai nuoren selviytymisessä eteenpäin. Päinvastoin uhkana korostui vanhempien tai suvun elämässä olevat vaikeudet. Myös lapsen tai nuoren psyykkinen terveys oli yksi uhka nuoren pärjäämiselle. (Eronen 2013, 10.)

Tutkimuksessa korostui myös huostaanoton jälkeisen työn merkitys. Jälkityön tulisi myös olla yksilöllistä ja asiakkaan tarpeen mukaan kartoitettua. Näin se tukisi jälleen nuorta onnistumisessa ja parantaisi positiivisia tuloksia huostaanoton onnistumisesta. (Eronen 2013, 10 - 11.)

2.4 Nuoret ja mielenterveys

Mielenterveyshäiriöt ovat paljon yleisempiä nuoruudessa, kuin lapsuudessa (Marttunen 2009). On tavallista, että mielenterveyshäiriöt alkavat ilmetä nuoruudessa, kun hormonituotanto alkaa kehittyä. Niin kuin lapsuudessa, myös nuoruudessa kehityksen alkuvaiheella on mielenkehittymisen kannalta tärkeä merkitys. Nuoruusiän alku on se, joka vaikuttaa merkittävästi nuoren kehittyvään persoonallisuuteen. (Aalberg n.d.)

On tutkittu, että 20 - 25 % nuorista kärsii mielenterveyshäiriöstä ja ne ovatkin yleisin terveysongelma nuorilla. On tavallista, että nuorella voi olla useampi mielenterveyshäiriö samanaikaisesti. Vakavissa mielenterveyshäiriöissä nuoren kehitys juuttuu. Mahdollisten oireiden sekä häiriöiden varhainen tunnistaminen on tärkeää. Tällä voidaan välttää oireiden pitkittymiseltä ja vaikeutumiselta. (Marttunen & Karlsson 2013, 10 - 11, 13.) On myös oleellista tuntea nuoruuden eri kehitysvaiheet, jotta pystymme ymmärtämään nuorta ja näin tekemään päätöksiä, jotka koskevat nuoren kehitystä (Aalberg n.d.).

Yleisimpiä nuorten mielenterveyshäiriöitä ovat ahdistuneisuus-, käytös-, mieliala- ja päihdehäiriöt (Nuorten Mielenterveystalo.fi n.d.). Komorbiditeetti eli samanaikaissairastaminen on yleistä. Suurin osa mielenterveyshäiriöstä kärsivästä nuorista sairastaa samanaikaisesti vähintään kahta muuta häiriötä. Mitä vakavammasta tai vakavimmista sairauksista on kyse, sitä todennäköisemmin mielenterveyshäiriöt jatkuvat myös aikuisiässä. Mielenterveyshäiriöiden tyypillisiä oireita ovat muun muassa ärtyneisyys, ahdistus, sosiaalinen vetäytyminen, poissaolot koulusta, joka vaikuttaa vielä erikseen vuorovaikutukseen kavereiden, opettajan ja vanhempien kanssa. (Marttunen 2009.)

Mielenterveyteen kuuluu neljä ominaisuutta, joita ovat: kyky kehittyä psykologisesti, henkisesti sekä emotionaalisesti (kyky solmia pysyviä ihmissuhteita ja ylläpitää niitä), empatiakyky lähimmäistä kohtaan sekä nähdä henkisessä ahdistuksessa kehittymismahdollisuudet. Nuoren mielenterveyteen vaikuttaa prosessiajattelun mukaan muun muassa erilaiset elämän tapahtumat ja sosiaaliset tilanteet. Hyvillä elinolosuhteilla on merkittävä vaikutus nuoren mielenterveyden kehityksessä. Vanhempien hyvä keskinäinen suhde ja vanhempien asettamat rajat rakentavat nuorelle turvallisen ympäristön kehittyä ja kasvaa. (Timonen 2009, 5 - 6.)

Tyypillistä nuorille on kokeilla päihteitä noin 13 - 14 vuoden iässä. Yleisin kokeiltu päihde on vielä ainakin toistaiseksi alkoholi. Päihdehäiriöt alkavat yleensä keski- tai myöhäisnuoruudessa. Päihdehäiriötä sairastava nuori käyttää yleensä useampaa kuin yhtä päihdettä. Päihdehäiriön rinnalla on yleensä aina nuorella myös joku muu mielenterveyshäiriö, esimerkiksi depressio tai käytöshäiriö. Päihdehäiriö aiheuttaa yleensä riskikäyttäytymistä ja vaikuttaa nuorella negatiivisesti kognitiiviseen, sosiaaliseen ja emotionaaliseen kehitykseen. Päihdehäiriöt ovat yleensä vaikeita hoitaa, pitkäkestoisia sekä toistuvia. Mitä nuoremmalla iällä päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt alkavat sitä todennäköisemmin ne jatkuvat aikuisikään asti ja vaikuttavat negatiivisesti muuhun mielenterveyteen. Tämä vaikuttaa negatiivisesti nuoren kehitykseen ja voi estää oppimasta sosiaalisia taitoja. (Marttunen 2009.)

Noin kolmannes nuorten mielenterveyshäiriöistä on jatkoa lapsuudessa alkaneille häiriöille (Timonen 2009, 9). On tyypillistä, että monet aikuisiän mielenterveyshäiriöt alkavat jo nuoruusiässä tai ovat muuten havaittavissa nuoruudessa. Puolet aikuisiän mielenterveyshäiriöistä alkaa jo ennen kuin nuori täyttää 14- vuotta ja $\frac{3}{4}$ mielenterveyshäiriöistä alkaa viimeistään ennen 24. Ikävuotta. Tärkeää on osata tunnistaa nuorten mielenterveyshäiriöt ja aloittaa hoito ajoissa, jotta nuorelle voidaan mahdollistaa hyvät kehitysmahdollisuudet. Pitkäaikaisen hoidon paraneen, jos hoito aloitetaan ajoissa ja näin ehkäistään työ- ja toimintakyvyn heikkene- mistä. Nuoruusiässä nopeat muutokset ja kehitys vaikeuttavat joskus nuorten mielenterveys- häiriöiden tunnistamista ajoissa. Etenkin varhaisnuoruudessa mielialat saattavat vaihdella paljon, joten saattaa olla vaikeaa erottaa mielenterveyshäiriötä normaalista ikävaiheeseen kuu- luvasta käyttäytymisestä. (Marttunen 2009.)

Nuoruuden eri vaiheissa on omat tunnusmerkinsä, jotka voivat viitata mielenterveyshäiriöi- hin. Varhaisnuoruudessa tällaisia merkkejä ovat muun muassa voimakkaat, todella nopea tai jatkuvat mielialojen vaihtelut. Lisäksi näpistely ja epäsosiaalisuutta ilmaiseva väkivaltaisuus voivat olla tällaisia merkkejä. Keskinuoruudessa runsas päihteiden käyttö, vaikeat keskitty- misvaikeudet, koulusta jatkuva lintsaminen ja yleinen passiivisuus voivat olla viitteitä mie- lenterveyshäiriöistä. Myöhäisnuoruuden oireet ovat samantyyllisiä kuin aikuisiässä. Nuorella on mielenterveyshäiriö tai -häiriöitä, jos hänen kehityksensä on pysähtynyt ja tästä koituu hä- nelle merkittävää haittaa ja kärsimystä. Tällaisia ongelmia ovat muun muassa ristiriidat ym- päristön kanssa ja koulunkäynnin vaikeutuminen. (Marttunen 2009.) Jos nuori kykenee käy- mään koulua, harrastamaan, toimimaan kavereiden kanssa sekä tulee toimeen jotenkin aikuis- ten kanssa, on silloin yleensä kysymys tavallisesta nuoruusikäen kuuluvasta käyttäytymisestä (Timonen 2009, 10). Säännölliset koulu- ja työterveyskäynnit, joissa arvioitaisiin nuorten mie- lenterveyttä ja päihteiden käyttöä, olisivat hyviä tapoja kartoittaa nuorten mielenterveys- häiriöitä (Marttunen 2009).

2.5 Eläimet osana hoitotyötä

Eläinten ja ihmisten suhde on hyvin vanha ja ihminen on osannut hyödyntää eläimiä eri tarkoi- tuksiin jo pitkään. Monet eläimet ovat arvostettuja, jopa palvottuja ihmisten keskuudessa. Lemmikkieläimistä on tullut perheenjäseniä. Lemmikin on todettu vaikuttavan ihmisen koko- naiseen hyvinvointiin. (Ikäheimo 2013, 6 - 9.) Lemmikki on sanattomassa vuorovaikutuksessa omistajansa kanssa, se myös jakaa omistajansa sensomotorisen ja emotionaalisen maailman. Lemmikki pystyy koskettamaan ihmistä omalla kehollaan, se välittää käytöksellä omia ajatuk- siaan, merkityksiä ja tunteita. Se ei kuitenkaan koskaan kehity samalla tavalla kuin ihminen, mutta vanhenee ja kuolee samalla tavalla. Lemmikki reagoi ihmisen eleisiin, äänensävyihin, tunteisiin, se reagoi myös omistajansa suuriin elämän muutoksiin, esimerkiksi eroon tai kuole- maan. Lemmikki saattaa kiintyä vahvasti omistajaansa ja se täyttää monenlaisia tunnetar- peita. Lemmikkiä voi katsella, sitä voi koskea, sitä voi pitää sylissä, sitä voi silittää ja helliä. Näillä tekijöillä voi olla suuri merkitys ihmiselle. Lemmikki ei myöskään koskaan petä, kie- roile, juoruile ja sille voi kertoa synkimmätkin salaisuudet ilman, että tarvitsee pelätä niiden paljastumista, mikä tekee siitä taas poikkeavan verrattuna ihmiseen. Lemmit myös lisäävät sosiaalista vuorovaikutusta. (Sinkkonen 2013, 37.)

Nykypäivänä on alettu tutkia koko ajan enemmän eläinten vaikutusta ihmisten terveyteen, hyvinvointiin, vuorovaikutukseen ja arkipäiväisiin asioihin. Erilaisia eläimiä on alettu hyödyntämään osana hoitotyötä koko ajan enemmän. (Ikäheimo 2013, 6.) Eläin voi parantaa muun muassa potilaan kestävyyttä, liikkuvuutta, tasapainoa ja tuntoaistia. Eläimet voivat vaikuttaa myös psykologisesti. Ne voivat parantaa muun muassa motivaatiota ja itseluottamusta. Eläin, esimerkiksi koira, voi myös auttaa luomaan paremman suhteen terapeuttiin. (Therapet Foundation 2008.)

Florence Nightingale käytti jo aikoinaan eläimiä apuna hoitotyössä. Hän uskoi niiden seuran toimivan terapiana potilaille. (Goddard & Gilmer 2015, 66.) Vaikka eläimiä on käytetty jo pidemmän aikaa osana hoitotyötä, on niiden vaikutuksia ja hyötyä tutkittu vasta vähän. Usein törmää vielä siihen, että uskotaan eläimistä olevan hyötyä hoitotyössä, mutta koska näyttö puuttuu, niin puuttuu myös uskottavuus. Tieteellisiä artikkeleita ilmestyy pikkuhiljaa enemmän ja enemmän. Osassa on pystytty jo todistamaan eläinten vaikutusten olevan positiivisia. On muun muassa voitu osoittaa vuonna 2009 julkaistussa Anthrozoos- lehdessä meta-analyysillä todeksi, että eläinavusteisen terapian vaikutukset on oikein arvioitu. Näyttöä eläinavusteisen hoitotyön hyödyistä alkaa siis vähitellen löytymään. (Ikäheimo 2013, 6 - 9.)

Hoitotyössä toimiva eläin voi olla mikä tahansa eläin. Lajia tai eläimen tehtävää tärkeämpää on eläimen luonne. Eläimen tulisi olla sosiaalinen, ihmisystävällinen, ulospäinsuuntautunut sekä tottelevainen. (Salmela 2013a, 13.) Yleisimmin tunnettuja hoitotyössä käytettäviä eläimiä ovat kissat, koirat ja hevoset. Muita eläimiä, jotka soveltuvat hyvin tähän tarkoitukseen ovat lehmät, kanat, aasit, alpakat, laamat, siat, lampaat ja vuohet. (Ikäheimo 2013, 7; Salmela 2013b, 125.) Erityisesti koiria ja hevosia käytetään terveyden- ja sosiaalihuollossa sekä kasvatusalalla. Lastenkodeissa, sijaisperheissä ja perhekodeissa yleisimmin käytetty eläin on koira, mutta myös muiden eläinten käyttö on mahdollista. (Ikäheimo 2013, 7.) Koira sopii hyvin hoitotyön tarkoituksiin, koska se koetaan ystävälliseksi eikä se tuomitse ketään. Koira on myös helpompi kouluttaa tehtävään, toisin kuin jotkut eläimet. (Bibbo 2013, 320.)

Eläimen käyttäminen voi olla ammatillista, vapaaehtoista työskentelyä tai tiedostamatonta hyödyntämistä. Terapiaeläin on yleisesti tunnettu nimitys eläimelle, jota käytetään eläinavusteisessa toiminnassa tai -terapiassa. Tavallinen kouluttamaton lemmikkieläinkin voi toimia ”terapiaeläimenä” omistajalleen. Yleensä ihminen on kokenut tällöin merkityksellisiä hetkiä lemmikkinsä kanssa. Lemmikki on saattanut esimerkiksi piristää omistajaansa ja näin auttaa masennuksesta toipumista. (Salmela 2013a, 13.)

Eläin voi myös luoda niin sanotusti ystäväkokemuksen. Esimerkiksi koira voi antaa muun muassa mielenterveys kuntoutujalle lämpöä, ystävyyttä ja läheisyyttä. (SATHY ry, n.d.) Terapia-koirien lisäksi käytetään niin sanotusti kaverikoiria. Kaverikoirat ovat ennemminkin harrastus, eikä niitä käytetä niin sanotusti hoitomuotona tai kuntoutusmenetelmänä, vaikka nekin tuottavat iloa ja vaikuttavat positiivisesti mielialaan. (Suomen Kennelliitto, n.d.)

Suomessa ei ole vielä määritelty Valviran tai muiden valvontaviranomaisten toimesta pätevyysvaatimuksia eläinavusteiselle terapialle tai eläinavusteiselle toiminnalle. Kyseisiä ammatteja ei ole vielä siis nimikesuojattu ja näin ollen kyseisessä ammatissa toimiva ei toimi terveydenhuollon ammattihenkilönä. (Salmela 2013a, 12.)

Eläinavusteinen terapia (Animal-Assisted Therapy, AAT) on määritelty kansainvälisesti terapia-muodoksi. Ammattihenkilö käyttää tällöin työssään apuna eläimiä (Salmela 2013a, 12). Yleisin käytetty eläin on koira. Eläinavusteista terapiaa voidaan käyttää muun muassa fyysisten ja psyykkisten ongelmien hoitamiseen sekä opettamiseen ja motivoimiseen. Nuorten mielenterveyttä se tukee muun muassa parantamalla itsetuntoa sekä vähentämällä yksinäisyyttä ja ahdistusta. (Goddard & Gilmer 2015, 67.)

Eläinavusteiseen terapiakoulutukseen pääsyvaatimuksena on yleensä terveys-, sosiaali-, tai kasvatusalan tutkinto. Oppilaitos määrittää itse koulutukseen pääsyvaatimukset. Jos esimerkiksi sairaanhoitaja, lääkäri, toimintaterapeutti tai psykoterapeutti käyttää työssään eläintä apunaan, riittää se määrittämään toiminnan kansainvälisesti eläinavusteiseksi terapiaksi. (Salmela 2013a, 12.) Terapia voi olla yksilö- tai ryhmäterapiaa. Toiminta on tavoitteellista ja

eläin kuuluu osaksi hoito- tai kuntoutusprosessia. Tavoitteena on edistää ihmisen sosiaalista, fyysistä, emotionaalista tai kognitiivista hyvinvointia. Käynnit ovat ennakkoon sovittuja, samoin niiden pituus. Terapiassa asetetaan tavoitteet ja edistymistä seurataan. Prosessia dokumentoidaan ja arvioidaan. Terapiasta maksetaan palkkaa tai peritään muuten maksu. (Ikäheimo 2013, 11.)

Eläinavusteisesta toiminnasta (Animal-Assisted-Activity, AAA) on myös saatu positiivisia tuloksia. Eräässä satunnaisessa tutkimuksessa todettiin, että se paransi skitsofreniaa sairastavien itsetuntoa sekä psyykkisiä- ja tunne-elämän oireita kahdeksan viikon interventiossa (Goddard & Gilmer 2015, 69). Eläinavusteista työskentelyä eroaa eläinavusteisesta terapiasta muun muassa siinä määrin, että se on yleensä vapaaehtoisten järjestämää toimintaa. Henkilö ei työskentele sosiaali- tai terveysalalla. Tavoitteena on auttaa lisäämään hyvinvointia eri keinoin. Toiminta ei ole tavoitteellista ja käynnit ovat yleensä spontaaneja. Tämän toimintamuodon tulee olla pääsääntöisesti ilmaista. (Ikäheimo 2013, 10.)

2.6 Eläinavusteinen psykoterapia hoitomuotona nuorille

Psykoterapialla tarkoitetaan tavoitteellista vuorovaikutusta nuoren ja psykoterapeutin välillä (Ikäheimo 2013, 136). Psykoterapia on psykoterapeutin ja potilaan vastavuoroista toimintaa. Potilaan suhtautuminen omiin oireisiinsa ja ongelmiinsa on oleellista psykoterapian kannalta. (Leiman 2012, 15.) Psykoterapeutti määrittelee terapian psykoterapiaksi, mutta eläin tekee siitä ystävällisempää ja turvallisempaa nuorelle. Eläin tuo mukanaan iloa, aitoa välittämistä sekä mahdollistaa kosketuksen. Kaikissa ihmisten ja eläinten välisiä suhteita tutkivissa tutkimuksissa on huomattu, että yhteisiä piirteitä löytyy fyysisistä, sosiaalisista sekä psyykkisistä vaikutuksista. Eläimet eivät rasita verbaalista tai kognitiivista puolta. Ne kommunikoivat saattomasti aistien kautta; näön, kuulon, hajun ja kosketuksen välityksellä. Eläimen kanssa olemisen ja sen koskettaminen stimuloivat myös hormonitoimintaa. Erityisesti se vaikuttaa oksitosiiniin (kiintymyshormoni) vapautumiseen, joka muun muassa lievittää stressiä. Eläimillä on positiivinen vaikutus myös kehittymisen kannalta. Ne muun muassa auttavat lapsia empatiakyvyn kehityksessä, opettavat pitämään huolta ja hoivaamaan, ottamaan vastuuta sekä auttavat käsittelemään vaikeita aiheita, kuten kuolema. Terapeutti ja nuori kommunikoivat terapiassa koiran kanssa. Se tuo terapiaan välittömyyttä ja aitoutta, myös terapeutin ja nuoren välille. (Ikäheimo 2013, 136.)

Seuraaviin häiriöihin on tutkimusten mukaan todettu olevan apua eläinavusteisesta psykoterapiasta: ADHD, laaja-alaiset kehityshäiriöt (muun muassa Asperger, autismi), internalisoivat häiriöt (muun muassa masennus, ahdistus), uhmakkuushäiriö, käytöshäiriöt (joihin yleensä liittyy masennus) ja kiintymyssuhdehäiriöt (Ikäheimo 2013, 138).

2.7 Ratsastus nuorten kuntoutusmuotona

Hevosten kuntouttavasta käytöstä erilaisista psyykkisistä ja emotionaalisista häiriöistä kärsivillä henkilöillä on saatu tutkitusti positiivisia tuloksia. Etenkin hevosavusteisesta psykoterapiasta on koettu olevan hyötyä nuorille, jotka ovat kokeneet perheen sisällä väkivaltaa ja kärsivät sen seurauksena käyttäytymis- ja mielenterveyshäiriöistä. (Orava 2010, 16.)

Hevoset soveltuvat erinomaisesti terapiaeläimiksi, koska ne ovat herkkiä aistimaan ympäristöä. Hevoset ovat myös hyviä aistimaan ihmisen tunteita ja aikomuksia, jopa silloin, kun ihminen ei välttämättä itse niitä edes tunnista. Hevonen reagoi ihmisen sisäiseen persoonaan, eikä sille voi esittää sen takia muuta. Tämän takia nuoret joutuvat käsittelemään sisäisiä ajatuksiinsa ja tunteita avoimesti, jotta saavat hevosen toimimaan haluamallaan tavalla. Hevonen on iso eläin ja sen hallitseminen pienillä eleillä, korostaa etenkin lapsille ja nuorille näiden pienten eleiden hienoutta. (Roberts, Bradberry & Williams 2004, 32.)

Hevostoimintaa voidaan käyttää myös sosiaalisena kuntoutusmenetelmänä, joka sisältää yleensä tallilla tehtävää työtä. Kohderyhmänä tällaiseen toimintaan ovat yleensä päihdekuntoutuja ja psykiatriset potilaat. Hevostoimintaa voidaan käyttää myös ehkäisemään sosiaalista

syрjäytymistä. Tällöin kohderyhmänä ovat yleensä tavalliset nuoret ja toiminta tapahtuu tavallisilla talleilla. Myös koulupudokkaita voidaan yrittää motivoida tällä menetelmällä. (Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2015.)

Huostaanotetut nuoret sekä muut nuoret saattavat tarvita kehityksen ja erilaisten vaikeuksien kokemusten paikkaamiseksi tavoitteellista, kuntouttavaa toimintaa. Koska nuorilla on monista eri syistä johtuvia psykososiaalisia ongelmia, tulee toiminnan olla monipuolista ja sen tulee tukea nuoren kehitystä kokonaisvaltaisesti. Tällaista toimintaa on muun muassa ratsastusterapia. (Palola 2013, 159.) Kansainvälisesti käytössä olevia hevosavusteisia terapian toteutusmuotoja ovat esimerkiksi hevosavusteinen psykoterapia, hevosavusteinen oppiminen sekä hevosavusteinen kokemuksellinen terapia (Orava 2010, 15).

Ratsastusterapia on siis toiminnallista terapiaa. Se mahdollistaa tekemällä oppimisen, hevosien läheisyyden ja sanattoman eli nonverbaalisen kommunikoinnin. Hevosen tehtävänä on toimia positiivisena vahvistajana sekä motivoijana. Sen kanssa päästään kokonaisvaltaisesti fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaalisiin prosesseihin. Psykkisistä ongelmista kärsivät nuoret tuntevat usein turvattomuutta. Talliympäristö, joka ajan kanssa tulee tutuksi, hevonen ja ratsastusterapeutti tuovat nuorelle turvaa monella eri tapaa. (Palola 2013, 159.)

Ratsastusterapeutilla on merkittävä rooli ratsastusterapiassa. Hänen tulee olla ammattitaitoinen, pystyä työskentelemään erilaisten ihmisten kanssa erilaisissa, muuttuvissa tilanteissa ja hänen tulee olla perehtynyt asiakkaansa ongelmiin, jotta hän osaa asettaa tavoitteita niiden pohjalta. Terapeutti on lapselle se turvallinen sekä johdonmukainen aikuinen, joka nuorelta mahdollisesti on lapsuudesta tai nuoruudesta puuttunut. Terapeutti osoittaa nuorelle huolehtimalla hevosesta olevansa turvallinen ja luotettava aikuinen. Lisäksi terapeutti osoittaa huolehtivansa nuoren turvallisuudesta ja osoittaa kiinnostusta hänen hyvinvoinnistaan hallitsemalla isoa hevosta rauhallisella, ystävällisellä, mutta jämäkällä otteella. Tallilla toimimiseen tulee olla myös selkeät säännöt, sekä tavaroiden tulee olla omilla paikoillaan. Tämä lisää nuoren turvallisuuden tunnetta talliympäristössä. (Palola 2013, 159 - 160.)

Hevospedagogiikka eli sosiaalipedagoginen hevostoiminta on myös yksi muoto toteuttaa hevosavusteista toimintaa. Se jakautuu konkreettiseen hevosen kanssa toimimiseen sekä sosiaalipedagogisiin menetelmiin. Hevostoiminnan asiakaskunnan katsotaan olevan laaja, mutta pääpaino on syrjäytymisuhan alla olevat lapset ja nuoret. Sen katsotaan toimivan ennaltaehkäisevästi, mutta myös korjaavana toimintana. Hevostoiminnan tavoitteena on muun muassa asiakkaan elämän hallinnan tukeminen, voimaantumisen tukeminen, sosiaalisten taitojen kehittäminen sekä kommunikaatio- ja vuorovaikutustaitojen kehittyminen. (Orava 2010, 6.) Sosiaalipedagoginen hevostoiminta perustuu yksilön omaan kokemukseen ja sen kautta auttaa oppimaan ja ymmärtämään (Sosiaalipedagoginen Hevostoiminta n.d.). Sen tavoitteena on myös tukea sosiaalista kasvua ja hyvinvointia hevostoiminnan avulla (Orava 2010, 4).

Sosiaalipedagogiikka käsitteenä tarkoittaa yhteisöllisyyttä, toiminnallisuutta, dialogisuutta ja elämyksellisyyttä. Hevosia käytetään näyttämään asiakkaille tiettyjen asioiden tärkeyttä, kuten esimerkiksi puhtaus, terveellinen ravinto, säännölliset ruoka-ajat, liikunta ja riittävä lepo. Kaikkia näitä asioita yhdistää se, että ne ovat oleellisia oman hyvinvoinnin kannalta. (Sosiaalipedagoginen Hevostoiminta n.d.) Sosiaalipedagogista hevostoimintaa käytetään myös lievittämään nuorten yksinäisyyttä ja syrjäytymisen ehkäisemiseen (Orava 2010, 5).

Hevostoimintaa voidaan käyttää myös harrasteena ja sosialisoijana. Tällöin kohderyhmänä ovat yleensä lastensuojelun avohuollon ryhmät. (Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2015.) Sosiaalipedagogista hevostoimintaa voidaan lisäksi käyttää lastensuojelun työmuotona, perheneuvolapsykologin asiakastyössä sekä huumeriippuvaisten nuorten kuntoutuksessa (Orava 2010, 6 - 7).

2.8 Eläimet mukana lastensuojelutyössä

Yhteiskunta muuttuu ja siinä samalla lasten sekä nuorten tarpeet muuttuvat. Muutos tuo mukanaan uusia haasteita, joka puolestaan tarkoittaa, että on kehitettävä uusia työskentelytapoja. Koko ajan tutkitaan enemmän eläinten hyödyntämistä sosiaali- ja terveysalalla. Tietämys eläinten positiivisista vaikutuksista vaihtuu aavistuksista ja tuntemuksista tutkittuun tietoon, joka antaa lisää tieteellistä pohjaa käyttää eläimiä esimerkiksi osana hoitotyötä ja lastensuojelua. (Kallio & Rintamaa 2013, 226 - 227.)

Lastensuojelussa käytetään lähestymistapana yleensä eläinavusteista sosiaalityötä (Animal assisted social work, AASW). Siinä on samat peruskriteerit kuin eläinavusteisessa terapiassa (AAT), mutta sovellettuna sopivaksi myös sosiaalityöhön. Tällöin ohjaajana toimii yleensä sosiaalialan ammattihenkilö (Rabb H. 2014, 8.) Toiminta voi olla myös vapaaehtoisten järjestämää, jolloin ei vaadita sosiaali- tai terveysalan tutkintoa. Tällöin työskentelykin on erilaista ja verrattavissa eläinavusteiseen työskentelyyn (AAA). (Willberg 2014; Ikäheimo 2013, 10.)

Vuonna 2008 aloitetussa tutkimuksessa tutkittiin mitä uutta koira pystyisi tuomaan lastensuojelutyöhön. Tutkimus osoitti, että koira on hyödyllinen ja tarpeellinen lisä lastensuojelussa. Koira pystyy antamaan lapsille ja nuorille muun muassa ilon ja onnistumisen kokemuksia, jotka puolestaan auttavat nostamaan itsetuntoa. (Kallio & Rintamaa 2013, 226.) Koirasta on apua etenkin silloin, kun nuoren on vaikeaa luottaa vieraisiin tai hän on muuten hyvin hiljainen. Toisaalta taas hyvin vilkas ja rauhaton nuori yleensä rauhoittuu myös koiran seurassa. Nuoria pystytään myös motivoimaan koiran avulla esimerkiksi liikkumaan tai tekemään läksyjä (Muros 2014). Koira tukee myös säännöllisyyttä, mikä on oleellinen osa lastensuojelua. Siksi myös koiran vierailuiden tulisi olla jatkuvia. (Kallio & Rintamaa 2013, 226 - 227.)

Koiran seurassa lapsi tai nuori voi myös olla oma itsensä, koska kokee varauksetonta läsnäoloa sekä hyväksyntää. Koira opettaa myös huolenpitoa sekä sen kanssa toimiminen tuo onnistumisen ja ilon tunteita. (Kallio & Rintamaa 2013, 226 - 227.) On oleellista, että nuori pääsee hoitamaan koiraa. Koiran seurassa nuori voi oppia ymmärtämään muiden tarpeita sekä empatiaa. Koira opettaa myös vastuuntuntoa. (Muros 2014.)

On tärkeää, että koira on luonteeltaan soveltuva ja kärsivällinen. Samaa kärsivällisyyttä täytyy löytyä myös koiran ohjaajalta, jotta kohtaamiset ovat onnistuneita. (Kallio & Rintamaa 2013, 226 - 227.) Myös leikkisämpi koira soveltuu tehtävään, jos se on ohjaajansa hallittavissa. Myös koiran jaksaminen tulee ottaa huomioon tapaamisissa. Koira on ohjaajalle työpari. Myös ohjaajan ja nuoren suhdetta on tärkeä yllä pitää. Vaikka koira ei pääsisi joka tapaamiseen mukaan, tulee tapaamiset silti järjestää, jotta jatkuvuus säilyy. (Muros 2014.)

Tutkimuksen kautta on myös pystytty osoittamaan, että perhekotiin saapuva lapsi tai nuori voi hyötyä siitä, jos perheessä on koira. Koira voi tehdä sopeutumisesta uuteen ympäristöön ja uusiin ihmisiin helpompaa. Koiraa voi olla helpompi lähestyä kuin ihmistä, sekä koira toimii keskustelun aloittajana. Lapset voivat kokea, että heihin luotetaan, kun heidän annetaan hoitaa koiraa. Näin lapselle tai nuorelle voi opettaa myös vastuunkantoa ja toisesta huolehtimista. Koiralla on myös huomattu olevan rauhoittava vaikutus lapsiin ja nuoriin. Se saa myös unohtamaan ikävät asiat vilpittömällä läsnäolollaan. Koiran koetaan saavan aikaiseksi paljon sellaista, jota ihminen ei pysty välttämättä lapsen tai nuoren kanssa saavuttamaan. On tärkeää kuitenkin muistaa, että koiran ja lapsen tai nuoren välille muodostuva suhde muodostuu luonnollisesti, jos on muodostuakseen, sitä ei voi väkisin luoda. (Kallio & Rintamaa 2013, 227 - 229.)

3 Työelämäkumppani

Toivolan lastenkoti on vuonna 1922 perustettu Helsingin kaupungin lastenkoti. Lastenkodissa on kuusi osastoa ja yhteensä 35 paikkaa. Pitkäaikaista laitoshoidtoa ja huolenpitoa tarjoavat lastenkodin neljä osastoa ja loput kaksi osastoa ovat 6-paikkainen tehostettua hoitoa pienille lapsille tarjoava osasto, sekä 5-paikkainen itsenäistyville nuorille tarkoitettu osasto. Lisäksi alueella toimii 4-paikkainen perhekoti Torppamäki, jossa toimii sijaisperhe lapsineen, sekä

kaksi asumisharjoitteluasuntoa jotka on tarkoitettu pääasiassa 17-vuotiaille itsenäistyville nuorille, jotka tarvitsevat tukea ja harjoitusta siirtyessään itsenäisempään elämään. (Aaltonen 2015.)

Toivolassa lastenkodissa työtä ohjaa lastensuojelulaki. ”Lapsella on oikeus turvalliseen kasvu-ympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun.” (Lastensuojelulaki 2007/417) Siellä työskentelee yli 50 alan ammattilaista. Johtajan ja hoitohenkilökunnan lisäksi Toivolassa työskentelee kaksi psykologia, perhetyöntekijä, toimistos sihteeri sekä muuta henkilökuntaa. Moniammatillisen työryhmän tavoitteena on edistää vaikeassa elämäntilanteessa olevien lasten ja perheiden toimintakykyä. Työtä tehdään yhteistyössä lasten perheiden kanssa. Nuoren vanhemmat saavat halutessaan tavata perhetyöntekijää. Vanhemmat ovat mukana myös nuorta koskeissa neuvotteluissa, joihin osallistuu nuoren ja tämän vanhempien tai lähisukulaisen lisäksi laitoksen psykologi, nuoren omahoitaja sekä sosiaalityöntekijä, sekä osaston vastaava esimies. Neuvotteluissa käydään läpi nuoren sen hetkistä tilannetta sekä aiemmin asetettujen tavoitteiden edistymistä, sekä asetetaan tarvittaessa uusia tavoitteita nuoren tulevaisuudelle. (Aaltonen 2015.)

Sijoitetut nuoret ovat 7-18-vuotiaita helsinkiläisiä, jotka lastensuojelulakiin vedoten on huostaanotettu perheistään. Deprivoituneilla nuorilla on eriasteisia sosiaalisia ja/tai psyykkisiä ongelmia tai heidän kasvuolosuhteensa ovat vanhempien asosiaalisen käyttäytymisen vuoksi vaarantuneet. Deprivaatiolla tarkoitetaan välttämättömän hoivan ja huolenpidon puuttumista tai riittämättömyyttä varhaislapsuudessa. Lastensuojelulain (2007/417 40 §) mukaan lapsi on otettava sosiaalihuollosta vastaavan toimielimen huostaan ja hänelle on järjestettävä sijaishuolto, mikäli lapsi kärsii puutteista huolenpidossa tai muut kasvuolosuhteet uhkaavat vakavasti vaarantaa lapsen kehitystä tai terveyttä; tai lapsi itse vaarantaa terveyttään tai kehitystään vakavasti päihteidenkäytöllä, muulla kuin vähäisenä pidettävän rikoksen teolla tai muulla näihin rinnastettavalla käyttäytymisellään. Huostaanottoon ja sijaishuollon järjestämiseen voidaan kuitenkin ryhtyä vain, mikäli avohuollon toimenpiteet ovat osoittautuneet riittämättömiksi ja sijaishuolto täyttää kriteerit lapsen hyvinvoinnin turvaamisesta ja osoittautuu paremmaksi vaihtoehdoksi kuin kotona asuminen. (Aaltonen 2015.)

Nuori sijoitetaan lastenkotiin sijoitusryhmän kautta, kun avohuollon tukitoimet ovat osoittautuneet riittämättömiksi. Huostaanotto etenee yleensä alkaen lapseen kohdistuvasta huolesta, jonka jälkeen tehdään lastensuojeluilmoitus ja pyyntö lastensuojelutarpeen arvioimiseksi. Tämän jälkeen alkaa selvitystyö, jolla selvitetään, onko lastensuojelun sosiaalityölle tarvetta vai ei. Mikäli tarve lastensuojelulle todetaan, ryhdytään avohuollon sosiaalityön toimiin. Tästä saattaa seurata lyhytaikainen sijoitus kodin ulkopuolelle ja mahdollisesti perhehoitotyötä erilaisissa perhekuntoutuskeskuksissa, perhetukikeskuksissa sekä vastaanottokodeissa. Nuori saatetaan myös ohjata tutkinta-asetalle tai arviointi- ja vastaanottoyksikköön, jossa arvioidaan, onko nuori tarpeen sijoittaa perheeseen tai kuntouttavaan laitoshuoltoon. Sijoitus perheeseen tai lastenkotiin tehdään, kun avohuollon toimenpiteistä ei ole ollut tilanteeseen riittävää apua (THL 2014, 7). Tällaista reittiä pitkin nuori yleensä saapuu Toivolassa lastenkotiin, jossa hänelle saapuessaan määrätään omahoitaja, joka huolehtii nuoreen liittyvistä asioista ja tarpeista. Nuori saa kodinomaisen ympäristön, jossa hänen tarpeisiinsa vastataan. (Aaltonen 2015.)

Toivolassa päivittäiset rutiinit ovat tärkeässä osassa. Aamu aloitetaan yhteisellä aamiaisella osaston nuorten kanssa mahdollisuuksien mukaan. Lasten päivittäisistä ohjelmista pidetään kiinni ja huolehditaan, että nuoret käyvät koulussa ja esimerkiksi psykologin, koulukuraattorin ja sosiaalityöntekijän kanssa sovitussa tapaamisissa. Lapset saavat harrastaa, nähdä kavereitaan sekä perheitään vapaasti, mutta kuitenkin niin, että asioista on etukäteen sovittu henkilökunnan kanssa. Kotilomista ja tapaamisista perheen ja sukulaisten kanssa päätetään aina tilannekohtaisesti niin, että se on mahdollisimman suotuisaa nuoren terveydelle ja kehitykselle. Ruokailuajoista sekä osaston säännöistä pyritään pitämään kiinni. Säännöt ovat osasto-kohtaisia, mutta noudattavat kuitenkin samaa linjaa tavoitteenaan taata nuoren normaalille kehitykselle suotuisat olosuhteet sekä luoda turvallinen ja välittävä elinympäristö nuorelle. Mikäli nuori rikkoo hänelle asetettuja rajoja, on henkilökunnan pohdittava tarvittavia kasvatuskeinoja, jotta saataisiin minimoitua rajojen toistuva rikkominen ja nuoren itsensä kehitykselle haitallinen käyttäytyminen. (Aaltonen 2015.)

Toisinaan saatetaan myös joutua käyttämään nuoren liikkumisvapautta rajoittavia toimenpiteitä. Rajoitustoimenpiteistä tehdään aina virallinen päätös, jonka tekee osaston- tai lastensuojelulaitoksen esimies. Lapsen liikkumisvapautta voidaan rajoittaa, mikäli se on hänen sijaishuoltonsa kannalta välttämätöntä ja lapsen edun mukaista. Hänelle voidaan määrääjäksi asettaa kielto poistua laitoksen alueelta, laitoksesta tai tietyn asuinyksikön tiloista, mikäli lapsi vaarantaa vakavasti terveyttään päihteidenkäytöllä, tekemällä muun kuin vähäisenä pidettävän rikoksen tai muulla näihin verrattavalla käyttäytymisellä. (Lastensuojelulaki 2007/417, 69 §) Keskeinen tarkoitus on varmistaa huostaanoton tarkoituksen toteuttaminen sekä lapsen tai toisen henkilön suojaaminen. Laitoksessa lapseen saa kohdistaa rajoitustoimenpiteitä vain siinä määrin kuin kiireellisen sijoituksen, väliaikaisen määräyksen tai huostaanoton tarkoituksen toteuttaminen, lapsen oma tai toisen henkilön terveys tai turvallisuus välttämättä vaatii. Rajoitustoimenpiteitä ei saa käyttää muuhun kuin kussakin rajoitussäännöksessä ilmenevään ja siinä hyväksyttyyn tarkoitukseen. Rajoitusten käyttäminen rangaistuskeinona on kiellettyä. (Helsingin Kaupungin sosiaaliviraston pysyväisohje 3.0.2 2009)

Tarvittaessa osastoilla käytetään myös hoitotoimenpiteenä kiinnipitoa, mikäli nuori käyttäytyy omaa tai muiden terveyttä vahingoittavalla tavalla. Työntekijät on koulutettu kiinnipitotilanteita varten ja niiden tulee tapahtua hallitusti ja suunnitellusti niin, ettei tästä koidu vahinkoa nuorelle, työntekijöille tai muille sivullisille henkilöille. Kiinnipito, eli lapsen fyysinen rajoittaminen on hoitomuoto, jota käytetään lastenpsykiatriassa ja laitoshoidossa silloin, kun muut keinot ovat tehottomia lapsen rauhoittamisessa. Kiinnipito auttaa lasta tunteiden käsittelyssä ja hallinnassa ja auttaa lasta ilmaisemaan tunteitaan ilman kenenkään terveyttä vaarantavaa uhkaa. (Heiskanen, 2004, 30 - 31.) Lastensuojelulaki (417/2007) määrittelee lapsen kiinnipidon olevan viimesijainen, luonteeltaan hoidollinen ja huollollinen toimenpide, jota voidaan käyttää ainoastaan laitoshuoltoon kiireellisesti, huostaanotettuna tai hallinto-oikeuden väliaikaispäätöksellä sijoitettuun lapseen. Lain mukaan kiinnipitämisessä ei saa käyttää välineitä ja se on luvallista vain aivan välttämättömissä tilanteissa. Kiinnipidon voi lisäksi toteuttaa ainoastaan laitoksen johtaja tai laitoksen hoito- ja kasvatushenkilökuntaan kuuluva henkilö.

Toivolan lastenkodin yksi tehtävistä on opettaa nuorta itsenäisempään elämään. Nuoren täytettyä 17 vuotta tehdään arvio, jossa arvioidaan, onko nuori kykeneväinen itsenäiseen elämään vai tarvitseeko hän vielä tukitoimenpiteitä. Jälkihuolto tarjoaa tukiasuntoja, joihin liittyy sosiaalityöntekijän ja asumisohjaajan palvelut. Tällä mahdollistetaan nuorelle mahdollisimman hyvä elämä tämän jättäessä laitoksen taakseen. (Aaltonen 2015.)

4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää virkistyspäivä hevosallilla Toivolan lastenkodin nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli elävöittää nuorten arkea sekä luoda heille uusia virikkeitä erilaisessa ympäristössä. Virkistyspäivän tarkoituksena oli tarjota tapahtumaan osallistuville huostaanotetuille nuorille virkistävää ja toiminnallista aktiviteettia eläinten parissa.

5 Opinnäytetyöprosessi

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön toteutus koostui eri vaiheista. Tässä luvussa määritellään toiminnallinen opinnäytetyö sekä esitellään tämän opinnäytetyön etenemisen eri vaiheita: Suunnittelu-, toteutus- ja arviointivaiheet.

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnalliselle opinnäytetyölle tyypillistä on tuottaa jokin konkreettinen tuotos tutkimuksen teettämisen sijaan. Tuotokset voivat olla kohderyhmän mukaan esimerkiksi oppaita, ohjekirjoja, tapahtumia, seminaareja tai portfolioita. Toiminnallinen opinnäytetyö sisältää käytännön toteutuksen lisäksi teoreettisen viitekehyksen sekä raportin tuotoksesta. Toiminnallisen

opinnäytetyön tuotos tehdään aina jollekin kohderyhmälle tai jonkun käytettäväksi, ja sen tavoitteena on joko joidenkin ihmisten osallistuminen toimintaan tai toiminnan selkeyttäminen esimerkiksi opinnäytetyönä tuotetun oppaan avulla. (Vilka & Airaksinen 2003, 9, 38, 51.)

Tämän opinnäytetyön toteutustavaksi on kohderyhmä huomioon ottaen valikoitunut toiminnallisuus. Toiminnallisuuden kautta päästään yleensä paneutumaan erilaisiin tunne-elämän ongelmiin ja se onkin todettu hyväksi tavaksi toimia huostaanotettujen nuorten kanssa. Erilaiset seikkailu- ja toimintaelämykset voivat auttaa nuorta avaamaan tunne-elämänsä. (THL 2015a)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät toiminnallisuus, teoreettisuus, tutkimuksellisuus sekä raportointi. Toiminnallisessa opinnäytetyössä aiempaa teoreettista tietoa sekä tutkimustietoa käytetään toiminnallisen tuotoksen perustellussa täsmentämisessä, rajauksessa sekä kehittämisessä ja aineiston laatu on määrää olennaisempaa. (Vilka & Airaksinen 2003, 9, 64.)

Laadullisella tutkimusmenetelmällä kerättyä tietoa ei ole välttämätöntä analysoida toiminnallisissa opinnäytetöissä, vaan tietoa voidaan käyttää myös lähteenä. Analysointi on hyvä tehdä silloin, kun kerättyä tietoa halutaan käyttää tutkimustietona perustelemaan joitakin sisällöllisiä valintoja. (Vilka & Airaksinen 2003, 57 - 58, 64.)

5.2 Toiminnallisen opinnäytetyön suunnitteluvaihe

Ensimmäisenä vaiheena opinnäytetyön aloitusta suunniteltaessa oli aiheen rajaaminen ja yhteistyökumppanin valinta. Opinnäytetyön aihetta lähdettiin suunnittelemaan opinnäytetyöparin yhteisten kiinnostuksenkohteiden, eli nuorten sekä mielenterveyshoitotyön pohjalta. Opinnäytetyöparin toinen jäsen oli opinnäytetyötä aloitettaessa lasten- ja nuorten hoitotyön harjoittelussa Toivolan lastenkodissa, joten luonnollista oli ehdottaa yhteistyötä kyseisen paikan kanssa. Työelämäkumppani lähti mielellään mukaan yhteistyöhön.

Seuraavaksi valittiin aiheeseen sopiva toteutustapa sekä itse toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksen sisältö. Opinnäytetyö haluttiin toteuttaa toiminnallisena sen kohderyhmän vuoksi. Kohderyhmänä olivat 11-15- vuotiaat lastenkodin nuoret. Nuorten uskottiin lähtevän mielellään mukaan toiminnalliseen tapahtumaan. Ideaa tapahtuman luonteesta alettiin työstämään, ja päädyttiin virkistyspäivän järjestämiseen. Ensimmäisiä ajatuksia oli nuorten vieminen hevosallille, mutta se kumottiin rajallisen budjetin sekä puuttuvan yhteistyöhenkilön vuoksi. Sopiva yhteistyöhenkilö kuitenkin löytyi ja kaikille osapuolille sopi tallipäivä-luontoinen virkistyspäivä hyvin. Toiminnallista tapahtumaa suunniteltaessa huomioitiin mahdolliset tulevat kustannukset.

Opinnäytetyölle piti löytää sopiva hanke koululta, sekä suunnitella opinnäytetyön etenemiselle aikataulu- ja toimintasuunnitelma. Opinnäytetyö liitettiin Ohjaus hoitotyössä- hankkeeseen ja aikataulua alettiin työstämään opinnäytetyön toteutukselle sekä valmistumiselle. Opinnäytetyösuunnitelma sovittiin esitettäväksi kolmen viikon kuluttua hankkeen löytymisestä. Tapahtuma suunniteltiin toteutettavaksi kesällä 2015 ja opinnäytetyö valmistuvaksi joulukuussa 2015.

Suunniteltua tuotosta, eli virkistyspäivää, alettiin järjestellä yhteistyössä Toivolan lastenkodin sekä talliyhteistyökumppanin kanssa. Toivolan lastenkotiin suunniteltiin kohderyhmä huomioon ottaen innostava juliste tallipäivästä (liite 1) ja se sovittiin laitettavaksi nuorten nähtäville. Lastenkodissa ryhdyttiin selvittämään lasten vakuutuksia päivän varalle, kyydityksiä, sekä muita virkistyspäivään liittyviä asioita. Nuorten lukumääräksi sovittiin maksimissaan neljä nuorta ja heidän lisäksi kaksi lastenkodin työntekijää, jotta ryhmä koko pysyisi sopivan intiiminä ja kaikki pääsisivät mukaan toimintaan tasapuolisesti. Seuraavaksi sovittiin kaikille osapuolille sopivasta toteutuspäivästä ja päädyttiin järjestämään tapahtuma 16.06.2015, jolloin nuoret olisivat jo kesälomalla.

Virkistyspäivän sisällöltä haluttiin mukavaa yhdessäoloa, sekä rentouttavaa ajanviettoa eläinten ja luonnon parissa. Ideaalitalanteessa nuorten yhteishenki paranisi ja saattaisi syntyä tiiviimpiä ystävyyssuhteita yhteisen toiminnan kautta. Ohjelmalta haluttiin, että nuoret pääsisivät ratsastamaan halutessaan, sekä hoitamaan hevosia. Kaikki toiminta hevostallilla olisi vapaaehtoista ja virkistyspäivä olisi osallistujille ilmainen.

Virkistyspäivä toteutettiin suunnitelmien mukaan 16.06.2015, jonka jälkeen alettiin työstämään opinnäytetyön kirjallista osuutta. Opinnäytetyö valmistui helmikuussa 2016.

5.3 Virkistyspäivän toteutus

Virkistyspäivä toteutettiin 16.06.2015 yhteistyössä Toivolan lastenkodin sekä hevostallin kanssa. Kyyditykset tallille ja tallilta takaisin tarjosi Toivolan lastenkoti. Tapahtumaan osallistui kolme (3) Toivolan nuorta, kaksi (2) lastenkodin työntekijää sekä opinnäytetyöpari. Tallilla ryhmää avustivat kaksi tallityöntekijää, jotka esittelivät tallia ja sen ympäristöä sekä avustivat päivänkulun ohjaamisessa.

Talli tarjosi ryhmälle kaksi hevosta ratsastusta varten. Hevoset olivat luonteeltaan erilaisia ja tarjosivat nuorille siten erilaisia haasteita. Ratsastaminen oli jo jokseenkin tuttua nuorille entuudestaan, joten he pärjäsivät hevosten kanssa hyvin. Nuoret pääsivät viettämään aikaa myös tallipihan muiden eläinten seurassa. Tallipihalla oli koiria ja yksi kissa. Nuoret olivat innoissaan myös näistä eläimistä.

Nuoret pääsivät valmistelevaan hevoset ratsastusta varten ohjattuna. Hevoset harjattiin ja varustettiin ennen ratsastuskentälle lähtöä. Nuoret saivat ratsastaa valitsemallaan hevosella ja halutessaan kokeilla ratsastamista myös toisella hevosella. Nuoret taluttivat hevoset ratsastuskentälle ja pääsivät aluksi ratsastamaan tallityöntekijöiden taluttamana. Rohkeuden kasvaessa nuoret uskalsivat ratsastaa kentällä myös ilman taluttajaa. Myös lastenkodin työntekijät pääsivät halutessaan ratsastamaan ja hoitamaan hevosia.

Ratsastuksen päätteeksi hevoset riisuttiin varusteista, harjattiin uudestaan ja tämän jälkeen hevoset päästettiin takaisin laitumelle. Ryhmä oli varustautunut pienin eväin, jotka syötiin yhdessä tallin pihalla hevosten hoitamisen päätteeksi. Nuorille sekä lastenkodin työntekijöille jaettiin lopuksi arviointilomakkeet tapahtumapäivää koskien, johon he saivat vastata anonyymisti. Päivän päätteeksi talliyhteistyökumppanille annettiin nimellinen korvaus päivästä.

5.4 Opinnäytetyön tuotoksen arviointi

Kysymykset, jotka on muotoiltu alkavaksi sanoilla mitä, miten, miksi, helpottavat vastaajaa kuvailemaan ja selittämään ajatuksiaan ja näkemyksiään. Haastatteluaineiston keräämisessä tärkeää on, että aineisto kuvaa tutkittavaa asiaa. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 63 - 64.) Havainnot voidaan käyttää tutkimusmenetelmänä silloin, kun se sopii tutkittavaan asiaan. Tutkimushavainnointi voi olla muutakin kuin katsomista. Se voi olla esimerkiksi kuuntelemista, kuten ihmisen puheen tai eläimen ääntelyn havainnointia. (Vilkkä H. 2006, 8.)

Toiminnallisen opinnäytetyön tuotosta eli virkistyspäivää arvioitiin kysymyslomakkeen (liite 2) avulla. Kysymyslomakkeet jaettiin päivän lopuksi osallistujille paikan päällä. Kaikilta osallistujilta kysyttiin kysymyslomakkeessa samassa järjestyksessä ja muodossa samat avoimet kysymykset, joita oli kolme (3) kappaletta. Kysymykset muotoiltiin avoimiksi, jotta vastaajat pääsivät vastaamaan kysymyksiin omin sanoin. Opinnäytetyön tuotosta arvioitiin lisäksi opinnäytetyöparin tekemin havainnoin. Tässä opinnäytetyössä haluttiin tuottaa virkistävää ja arjesta poikkeavaa toimintaa lastenkodin nuorille, ja kysymyslomakkeen ja havainnoinnin avulla haluttiin selvittää, oliko päivä koettu antoisaksi ja virkistäväksi kokemukseksi. Koska osallistujia oli pieni määrä, haluttiin kysymyslomakkeessa käyttää avoimia kysymyksiä. Ajateltiin, että avoimia vastauksia olisi helpompi tulkita ja koostaa yhteenvedoksi, sekä saada selville vastaajien todelliset mielipiteet.

Ensimmäinen lomakkeen kysymyksistä kuului: ”Mitä mieltä olit päivästä?” ja siihen osallistujat vastasivat näin:

”Oli ihan sika siistii, sain tietää paljon uutta hevosista.”

”Siellä oli kivaa.”

”Meni tosi hyvin, oli tosi hauskaa.”

”Kiva ja virkistävä päivä ihanissa maisemissa, hyvässä seurassa.”

”Kivaa ja aurinkoista!”

Toinen lomakkeen kysymyksistä oli: ”Millaista oli olla tekemisissä hevosten kanssa?” Ja siihen vastattiin näin:

”Hauskaa pitkästä aikaa!”

”Luonnollista ja rentouttavaa. Ihana oli olla ulkona.”

”Hevoset olivat hyvin jännittäviä.”

”Ihanaa!”

”Kivaa ja helppoo, olis kiva harrastaa ratsastusta!”

Kolmas ja viimeinen kysymyslomakkeen kysymyksistä kuului: ”Olisitko toivonut päivältä josta-kin lisää? Mitä?” Vastajat vastasivat näin:

”No ei!”

”Ruokaa ei ollut ja jos ois saanu ratsastaa pitempään!”

”Oltaisiin voitu olla kauemmin.”

”Ehkäpä jäätelöä, mut oli kivaa ilmankin!”

”Kunnon safkat!”

Sekä osallistujien vastausten, että paikan päällä tehdyn, vastauksia tukevan havainnoinnin perusteella nuoret viihtyivät hevostallilla ja kokivat virkistyspäivän onnistuneeksi. Luonto ja eläimet koettiin rentouttavaksi elementiksi, joka olikin osa opinnäytetyön teemaa, ja jota opinnäytetyön teoriaosuus tuki. Osa vastaajista olisi toivonut saavansa ratsastaa pidempään, ja myös parempia eväitä toivottiin. Nämä asiat olisi hyvä huomioida, mikäli suunniteltaisiin uutta samantapaista tapahtumaa.

6 Opinnäytetyön eettisyys

Käytettäessä tutkimuksia työn teoreettisen viitekehyksen tukena, on opinnäytetyön tekijän kyettävä arvioimaan tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta (Leino-Kilpi & Välimäki 2014, 361). Hyvä tieteellinen käytäntö on määritelty tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeissa. Määritelmän mukaan tieteellisten toimintatapojen käyttö sisältää rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. Tiedonhankinta-, tutkimus-, raportointi- ja arviointimenetelmien tulee olla sekä tieteellisesti, että eettisesti kestäviä. Tulosten julkaisemisessa tulee noudattaa avoimuutta. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012.) Piittaamattomuus hyvää tieteellistä käytäntöä kohtaan voi näkyä kirjallisessa työssä esimerkiksi puutteellisina viittauksina aikaisempiin tutkimuksiin, havaintojen vääristelynä, luvattomana lainaamisena tai anastamisena (Leino-Kilpi & Välimäki 2014, 365).

Henkilötietojen käsittelyä ohjaa laki 22.4.1999/523. Lain tarkoituksena on toteuttaa yksityiselämän sekä yksityisyyden suoja turvaavia perusoikeuksia käsiteltäessä ihmisten henkilötietoja. Lain tarkoituksena on myös hyvän tietojenkäsittelytavan kehittämisen sekä noudattamisen edistäminen. (Henkilötietolaki 1999/523.) Opinnäytetyössä henkilötietolaki toteutuu siten, ettei virkistyspäivään osallistuvien nuorten, heidän ohjaajiensa tai talliyhteistyökumppanin henkilökohtaisia yksityisiä- tai anonymiteettiä rikkovia tietoja tuotu esille lainkaan.

Tässä opinnäytetyössä eettisyys oli tärkeässä osassa heti opinnäytetyöprosessin alusta asti. Koska opinnäytetyön kohderyhmänä olivat huostaanotetut nuoret, haluttiin raporttivaiheessa kiinnittää erityistä huomiota kohderyhmän jäsenten anonymiteetin suojeluun. Virkistyspäivään osallistuneista nuorista tuotiin ilmi vain opinnäytetyölle ja sen aiheelle oleelliset asiat, kuten heidän ikänsä ja se, että he asuivat Toivolan lastenkodissa. Opinnäytetyön raporttiosuutta kirjoitettaessa lähdemerkinnät sekä viittaukset aiempiin tutkimuksiin on tehty huolellisesti ja eettisesti. Teorian pohjana on käytetty laadukkaita tieteellisiä lähteitä, joissa eettisyys toteutuu. Lisäksi opinnäytetyöntekijät perehtyivät huolellisesti henkilötietoja-, sekä lasten ja nuorten kanssa tehtävää työtä koskevaan lainsäädäntöön ja huolehtivat lakien noudattamisesta opinnäytetyön eri vaiheissa. Opinnäytetyön tekijöiden omat havainnot, sekä virkistyspäivään osallistuneiden kirjalliset ja suulliset mielipiteet toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksesta on esitetty opinnäytetyön raportissa niitä vääristelemättä.

7 Opinnäytetyön luotettavuus

Toiminnallisen opinnäytetyön selvitys nojautuu usein hyvin löyhästi tai ei lainkaan teoriaan. (Eskola & Suoranta 1996, 57). Toiminnallisessa opinnäytetyössä suuntaa antava tieto on riittävää. Laadun kriteeri on aineiston monipuolisuus ja se, miten hyvin se vastaa toiminnallisen opinnäytetyön sisällöllisiin tavoitteisiin sekä kohderyhmän tarpeisiin. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston keruussa laatu korvaa määrän. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 63 - 64.)

Laadullisen tutkimusmenetelmän lähtökohtana on, että halutaan saada kirjoittamatonta faktatietoa, tai saada lisäymmärrystä ihmisten toiminnan taustalla oleviin uskomuksiin, haluihin, ihanteisiin sekä käsityksiin. Kysymyslomakkeen kysymykset muotoiltiin alkavaksi sanoilla mitä, miten, miksi, jotta vastaajan on helpompi pukea sanoiksi ajatuksiaan sekä näkemyksiään. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 63.) Havainnointi on yksi laadullisen tutkimuksen yleisimmistä aineistonkeruumenetelmistä, ja silloin kun halutaan tutkia vuorovaikutuskäyttäytymistä, on havainnointiin perustuva aineistonkeruumenetelmä tarkoituksenmukaisin (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71). Havainnointi on lisäksi oleellinen osa hoitotyötä ja arvostettu sekä tehokas aineistonkeruumenetelmä hoitotieteessä. Havainnoimalla saadaan tietoa ihmisten todellisesta käyttäytymisestä, ei vain siitä, mitä he itse ajattelevat tekevänsä tai mitä he haluavat toisten luulevan heidän tekevän. (Sinivuo, Koivula & Kylmä 2012, 293.)

Klassisen tiedon määritelmän mukaan tieto on hyvin perusteltu tosiuskomus. Tieto perustuu perinteisiin, auktoriteetteihin sekä yksilön omiin havaintoihin ja kokemuksiin. Tiedon heikkouksia ovat epäluotettavat tai valikoivat havainnot, niiden perusteella tehty liiallinen yleistäminen, epäjohdonmukaisuus ajattelussa ja logiikan puute, tyytyminen ensimmäiseen selitykseen sekä asioiden tarkastelu yhteyksistään irrallaan. Tieteellinen tieto taas syntyy tutkimuksen tuloksena ja toimii arkiajattelun ja päättelyn jatkeena, kuitenkin vähentäen arkiajattelun heikkouksia. (Sarajärvi, Mattila & Rekola 2011, 25.)

Sähköisiä tietokantoja käytettäessä on erityisen tärkeää tarkastella saatuja hakutuloksia kriittisesti. Tehtäessä järjestelmällistä hakua on tärkeää löytää aihetta mahdollisimman hyvin käsittelevät julkaisut, ja keskittyä niihin lähteisiin ja tutkimuksiin, joiden kohderyhmä on relevantti opinnäytetyölle. Arvioitaessa tutkimusartikkelia on tärkeää keskittyä sen pätevyyyteen eli validiteettiin, kliiniseen merkittävyyteen sekä yleistettävyyteen. (Lehti & Johansson 2015, 54; Valkeapää K. 2015, 60; Lementti & Ylönen 2015, 70.) Tieteellisen tiedon hakua kuvataan prosessiksi, johon kuuluu tiedonhaun suunnittelu ja toteutus, hakutulosten tulkinta ja arviointi, sekä tiedon soveltaminen (Sarajärvi ym. 2011, 27).

Tieteellistä tietoa etsittäessä tulosten tulkintaa helpottavat tieteellisen tiedon kriteerit, joita on neljä kappaletta. Ensimmäisenä on tiedon julkisuus, eli sen tulee olla kaikkien saatavilla. Toisena on tiedon objektiivisuus, eli siitä ei saa löytyä tutkijan omia mielipiteitä. Kolmantena on tiedon perusteltavuus, eli tutkimustulokset tulee voida todistaa paikkansa pitäviksi ja niissä tulee ilmetä tutkimuksessa käytetyt lähteet. Viimeisenä on tiedon kommunikoitavuus, jolla tarkoitetaan tiedon käsitteellistä selkeyttä, eli lukijan tulee pystyä ymmärtämään tuloksia silloinkin, kun tutkimuksessa käytetään lukijalle uusia käsitteitä. (Sarajärvi ym. 2011, 26.) Kirjallisuuskatsausta tehtäessä kirjallisuushaku tärkeä vaihe. Sen avulla etsitään ja valitaan tutkimusaineisto katsausta varten. Kirjallisuushakua tehtäessä yleisesti kohdattu ongelma on julkaisuharha, jolla tarkoitetaan tilastollisesti merkitsevien tulosten suurempaa todennäköisyyttä tulla julkaistuiksi kuin muilla tuloksilla. Tämä saattaa vääristää saatuja tuloksia ja on hyvä huomioida tehtäessä opinnäytetyön kirjallisuuskatsausta. (Pölkki, Kanste, Elo, Kääriäinen & Kyngäs 2012, 337.) Lähteitä käytettäessä tulee ne merkitä kunnollisin lähdemerkinnöin, muuten riskinä on plagiointi. Plagioinniksi luetaan aikaisemmin julkaistun tekstin liittäminen opinnäytetyöhön ilman, että alkuperäisen lähteen mainitseminen. (Leino-Kilpi & Välimäki 2014, 371.)

Opinnäytetyön sisältö perustuu tieteelliseen tietoon. Siinä on käytetty alan tunnettuja ja luotettavia lähteitä. Useat kirjallisuuskatsauksessa käytetyt lähteet ovat löydettävissä useista alan oppikirjoista, artikkeleista sekä tutkielmista. Tämä lisää käytettyjen lähteiden luotettavuutta. Käytetyt sähköiset lähteet valittiin huolellisesti ja hakusanoina käytettiin opinnäytetyössä esille tulevia asiasanoja, kuten lastensuojelu, huostaanotto, nuoret, mielenterveys ja eläimet hoitotyössä. Lisäksi lähdemerkinnät tarkastettiin huolellisesti ajankohtaisten lähdemerkintöjä koskevien ohjeiden mukaisesti. Osallistujien viihtyvyyttä ja päivän onnistumista arvioitiin opinnäytetyössä kysymyslomakkeen (Liite 2) avulla. Kysymyslomakkeen kysymykset oli muotoiltu avoimiksi, ja vastaajat saivat vastata niihin anonyymisti. Lisäksi opinnäytetyön tuotosta arvioitiin sen tekijöiden virkistyspäivän aikana tekemien havaintojen avulla ja tällä varmistettiin mahdollisimman laadukas opinnäytetyön tuotoksen arviointi.

8 Pohdinta

Lähteitä on tärkeää tarkastella kriittisesti ja arvioida niiden luotettavuutta ja sitä, kuinka paljon niille tulisi opinnäytetyön kirjallisuuskatsauksessa antaa painoarvoa (Lementti & Ylönen 2015, 69). Opinnäytetyöprosessi on opettanut sen tekijöille pitkäjänteistä työskentelyä, laadukkaan tiedon etsimistä ja tunnistamista sekä löydetyn tiedon kriittistä tarkastelua. Opinnäytetyöprosessi on ollut tiedollisesti ja kokemuksellisesti sen tekijöille antoisa. Opinnäytetyön teko lisäsi tietämystä siitä, miten eri tavoin eläimiä voidaan hyödyntää hoitotyössä, sekä erityisesti niiden positiivisista vaikutuksista huostaanotettuihin nuoriin. Opinnäytetyön teon aikana sen tekijät tutustuivat myös huostaanottoon prosessiin ja nuoren mielenterveyttä tukevan hoitotyön merkitykseen ennen huostaanottoa, sen aikana ja sen jälkeen.

Lastensuojelun käsikirjassa (THL 2015) todetaan, että toiminnallisuus on hyvä tapa työskennellä huostaanotettujen nuorten kanssa. Tutkitusti on myös pystytty todistamaan, että eläimillä on positiivinen vaikutus ihmisten väliseen vuorovaikutukseen (Sinkkonen 2013, 37). On myös todettu, että huostaanotettujen nuorten toiminnan tulisi olla monimuotoista, sillä nuorilla saattaa olla monista eri syistä johtuvia psykososiaalisia ongelmia. Tällaista monimuotoista toimintaa on esimerkiksi ratsastusterapia (Palola 2013.) Toiminnallisen päivän järjestäminen hevostallilla olikin siksi hyvä ratkaisu, koska siinä yhdistyi edellä mainittuja elementtejä ja ne palvelivat hyvin kohderyhmän tarpeita. Virkistyspäivän onnistuminen tukee myös tutkimustuloksista saatuja tietoja.

Hevosten kanssa toimimisen on katsottu opettavan nuorille joidenkin asioiden, kuten esimerkiksi puhtauden ja liikunnan tärkeyttä (Suomen ratsastajainliitto n.d.). Lastensuojelussa hevostoimintaa käytetään myös esimerkiksi harrasteena ja sosiaalisena kuntoutusmenetelmänä (Sosiaalipedagoginen Hevostoimintayhdistys ry 2015). Virkistyspäivän aikana nuoret saivat ratsastuksen lisäksi myös harjata ja varustaa hevoset ratsastusta varten. Vaikka virkistyspäivän tarkoituksena ei ollut toimia opetuspäivänä, tuli hevosten kanssa työskennellessä kuitenkin esille myös näitä arkipäiväisiä asioita, kuten että hevonen on harjattava puhtaaksi ennen kuin

sillä voi ratsastaa. Tallityöntekijöitä pyydettiin kertomaan työstään tallilla, jonka kautta nuoret oppivat myös uusia asioita ja saattoivat huomata, että hevosen arkipäivä vastaa aikalailla ihmisen arkipäivää sisältäen syömistä, liikuntaa ja lepoa. Tallilla toimiminen yhteistyössä tallityöntekijöiden ja hevosten kanssa vaati nuorilta myös sosiaalisia taitoja.

Eläinten kanssa nuori voi saada niin sanotusti ystäväkokemuksen eli eläin voi antaa nuorelle lämpöä, ystävyyttä ja läheisyyttä (SATHY ry n.d.). Sinkkosen (2013) mukaan eläin, erityisesti lemmikkieläin, kuten kissa tai koira, voi täyttää ihmisten monenlaisia tunnetarpeita, koska sitä pystyy silittämään, pitämään sylissä ja hellimään. Tallipihalla oli myös muita eläimiä hevosten lisäksi, joista nuoret olivat myös kiinnostuneita. Tallilla oli kissa ja muutama koira. Nuoret pitivät eläimiä sylissä, silittivät niitä ja juttelivat niille.

Ammattikorkeakoulun opinnäytetyöltä odotetaan käytännönläheisyyttä, hyödynnettävyyttä sekä työelämälähtöisyyttä (Rissanen, R. 2007, 236). Rissanen (2007, 234 - 235) määrittelee työelämälähtöisyyden sellaiseksi tutkimisen ja kehittämisen lähtökohdaksi, jossa työelämässä käytännössä esiintyvät ongelmat ja kehittämisaiheet on tietoisesti valittu tutkimisen, kehittämisen sekä oppimisen kohteiksi. Opiskelija osoittaa opinnäytetyössä valmiuksiaan ammatitopintoihin liittyvässä käytännön asiantuntijatehtävässä (Ora-Hyytiäinen 2004, 24). Opinnäytetyön tuotoksena oli virkistyspäivä, jossa eläimiä hyödynnettiin nuorten mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukemiseen. Virkistyspäivän aikana tehdyt havainnot ja kerätyt tiedot tukevat aikaisempia positiivisia tutkimustuloksia, mikä tekee aiheesta merkityksellisen. Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen ja työelämälähtöinen. Opinnäytetyössä esille nousee lisäksi sen hyödynnettävyys, sillä sen tulokset sopivat hyvin osaksi kuntouttavaa- ja terveyttä edistävää hoitotyötä.

Ora-Hyytiäinen (2004, 22, 30, 80) määrittelee ammatillisen kasvun ja kehittymisen yksilön prosessina, jossa tämän tiedot, taidot, mielikuvat, uskomukset sekä havainnot kehittyvät ja muuttuvat. Hänen mukaansa hoitotyön opiskelijan saavuttaessa uutta ymmärrystä omasta toiminnastaan hoitotyössä, tapahtuu hänen toiminnassaan muutos, ja muutoksen seurauksena opiskelijassa tapahtuu kehitystä kohti valmista terveydenhuollon ammattilaista. Ammatilliseen kasvuun liittyy sisäisen kasvun, omien asenteiden muuttumisen, sekä kriittisen arviointikyvyn lisäksi ammattitaidon kehittymistä (Mäntylä, R. 2007, 93). Opinnäytetyön valmistumiseen johtava prosessi on kehittänyt monipuolisesti edellä mainittuja asioita. Nuorten kanssa vietetty virkistyspäivä antoi valmiuksia muun muassa nuorten kanssa työskentelyyn, kun taas sen järjestäminen opetti esimerkiksi suunnittelemaan ja toteuttamaan tapahtumaa, sekä organisoimaan asioita eri yhteistyökumppaneiden välillä. Opinnäytetyön teko tuki sen tekijöiden ammatillista kasvua ja kehittymistä kohti sairaanhoitajan ammattia ja osaksi hoitotyötä.

9 Johtopäätökset sekä jatkotutkimus- ja kehittämisaiheet

Opinnäytetyön aihe koettiin merkitykselliseksi jo opinnäytetyöprosessin alussa, mutta kerätty teorialieto, aiemmat tutkimustulokset sekä opinnäytetyön tuotoksesta koostetun arvioinnin tarkastelu voimistavat tunnetta siitä, että opinnäytetyön aihe on tärkeä ja hyödyllinen. Aihe on lisäksi ajankohtainen, sillä eläinten hyödyntämisestä hoitotyössä ja niiden yhdistämistä toiminnalliseen tapahtumaan huostaanotettujen nuorten kanssa, ei ole vielä paljon näyttöä, mutta jo vähistä tutkimuksista on saatu positiivisia tuloksia. Tämä kertoo aiheen tärkeydestä ja sen hyödynnettävyydestä tulevaisuudessakin.

Teoreettisen taustan sekä virkistyspäivän aikana tehtyjen havaintojen ja kysymyslomakkeen vastausten perusteella voidaan todeta tämän tapaisen tapahtuman soveltuvan hyvin osaksi terveyttä edistävää ja parantavaa hoitotyötä. Opinnäytetyön ja sen teoreettisen taustan perusteella etenkin nuoret hyötyvät toiminnallisista kokemuksista. Myös eläimillä on todettu olevan positiivinen vaikutus heidän mielenterveyteensä, oppimiseensa sekä keskittymiskykyynsä. Johtopäätöksenä voidaan suositella tämän tapaisen tapahtuman järjestämistä muillekin lastenkodeille ja nuorisotyöhön. Eläimiä voidaan myös hyödyntää laajasti yhteiskunnassa terveyttä edistävässä hoitotyössä sekä lastensuojelussa. Lisäksi tällaista toimintaa voidaan suositella hyvin toiminnallisen opinnäytetyön aiheeksi.

Opinnäytetyön tekijöiden saaman palautteen perusteella osa virkistyspäivän osallistujista olisi toivonut saavansa ratsastaa pidempään, ja myös parempia eväitä toivottiin. Nämä asiat olisi hyvä huomioida, mikäli suunniteltaisiin uutta samantapaista tapahtumaa.

Ikäheimo (2013, 7-9) toteaa eläinten käyttämisen hoitotyössä olevan vielä melko uusi asia. Hän kertoo usein törmättävän siihen, että uskotaan eläimistä olevan hyötyä hoitotyössä, mutta koska näyttö puuttuu, puuttuu myös uskottavuus. Aiheesta olisi siitä jo saatujen positiivisten tutkimustulosten vuoksi tärkeää saada lisää tutkittua tietoa, jotta eläimiä voitaisiin hyödyntää yhä paremmin ja laajemmin osana hoitotyötä. Eläinten käyttöä osana kuntouttavaa ja terveyttä edistävää hoitotyötä voisi tutkia laajemmin eri asiakas- ja ikäryhmien kohdalla.

10 Lähteet

- Aalberg, V. n.d. Mielenrakentumisen kaksivaiheisuus sekä nuoruusiän kehitykselliset tehtävät. Nuorten Mielenterveystalo.fi. Johdanto nuoruusikään. Videojulkaisu. Viitattu 10.01.2016. https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/Johdanto-nuoruusik%C3%A4%C3%A4n.aspx
- Aaltonen, K. 2015. Toivolan lastenkodin työntekijän haastattelu 21.5.2015. Helsinki.
- Ahonen, L. 2013. Koirat kasvun ja kehityksen tukena. Teoksessa Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa - Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopisto-paino.
- Bibbo J. 2013. Staff Members' Perceptions of an Animal-Assisted Activity. *Oncology Nursing Forum* 05/2013, 320.
- Eronen, T. 2013. Viisi vuotta huostaanotosta - Seurantatutkimus huostaanotettujen lasten institutionaalisista poluista. Raportti 04/2013, 9 - 11. Tampere. Viitattu 27.12.2015. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104355/URN_ISBN_978-952-245-833-9.pdf?sequence=1
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1996. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Goddard, A & Gilmer, M. 2015. The Role and Impact of Animals with Pediatric Patients. *Pediatric Nursing* Vol 41/No. 2. 03/04 2015, 66 - 67, 69.
- Hautala, T. Hämäläinen, T. Mäkelä, L. & Rusi-Pyykkönen, M. 2011. Toiminnan voimaa - Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita Prima.
- Heiskanen, P. 2004. Kiinnipito lastenpsykiatriassa. Saarijärvi: Media Doc.
- Helsingin Kaupungin sosiaaliviraston pysyväisohje 3.0.2; Lapsiperheiden palvelut. Lastensuojelulain mukaiset rajoittamistoimenpiteet 22.4.2009. Toivolan lastenkodin sisäiset ohjeet. Helsinki. Viitattu 21.5.2015
- Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa - Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopisto-paino.
- Johansson, E. & Lehtiö, L. 2015. Järjestelmällinen tiedonhaku hoitotieteessä. Teoksessa Stolt, M. Axelin, A. & Suhonen, R. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turku: Turun yliopisto.
- Kainulainen, M. 2012. Lastenkodissa asuneen nuoren kokemuksia osallisuudesta ja ajatuksia tulevaisuusorientaatiosta ja lastenkodissa asumisesta. Tampereen yliopisto. s. 10, 14, 28 - 29. Viitattu 20.12.2015. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/83234/gradu05653.pdf?sequence=1>
- Kallio S & Rintamaa J. 2013. Koira mukana lastensuojelussa. Teoksessa Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa - Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopisto-paino.
- Koistinen, P. Ruuskanen, S. & Surakka, T. 2004. Lasten ja nuorten käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.
- Kääriäinen, M. & Kyngäs, H. 2014. Ohjaus- tuttu, mutta epäselvä käsite. Sairaanhoitajat.fi 27.8.2014. Artikkelin julkaistu alun perin Sairaanhoitaja-lehdessä 10/2006. Viitattu 18.5.2015. <https://sairaanhoitajat.fi/artikkeli/ohjaus-tuttu-mutta-epaselva-kasite/>
- Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Viitattu 9.5.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417#a417-2007>

Leiman, M. 2012. Psykoterapiat - Vaikuttavuustutkimuksen pulmallisuus psykoterapiassa. Porvoo: Kustannus Oy Duodecim.

Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. 2014. Etiikka Hoitotyössä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Lementti, T. & Ylönen, M. 2015. Kirjallisuuskatsaukseen valittujen tutkimusartikkeleiden arviointi. Teoksessa Stolt, M. Axelin, A. & Suhonen, R. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turku: Turun yliopisto.

Marttunen, M. & Karlsson, L. Nuoruus ja mielenterveys. Toimittaneet Marttunen, M. Huurre, T. Strandholm, T. & Viialainen, R. 2013. Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisilla. Tampere: Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino. Julkaistu Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) verkkosivuilla. S. 7 - 11, 13. Viitattu 18.5.2015.
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1

Marttunen, M. 2009. Nuorten mielenterveysongelmat. Duodecim 01/2009. Viitattu 26.12.2015. http://www.ebm-guidelines.com/dtk/shk/avaa?p_artikkeli=ttl00585

Muros, T. 2014. Haastattelu. Haastattelut Willberg, U. Lapsen maailma 08/2014. Lastensuojelun Keskusliiton kuukausijulkaisu; Valmiina palvelukseen! Viitattu 24.1.2015. <http://lapsen-maailma.fi/teemat/lastensuojelu/valmiina-palvelukseen/>

Mäntylä, R. 2007. Ammatillinen kasvu ammattikorkeakoulussa. Teoksessa Saari, S. & Varis, T. 2007. Ammatillinen kasvu - Professional Growth. Keuruu: Otavan Kirjapaino.

Nuorten mielenterveystalo.fi n.d. Johdanto nuoruusikään. Viitattu 20.12.2015.
https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/nuorten_mielenterveysongelmat/Pages/Johdanto-nuoruusik%C3%A4%C3%A4n.aspx

Ora-Hyytiäinen, E. 2004. Auttajasta reflektiiviseksi sairaanhoitajaksi. Tampere: Tampereen Yliopistopaino.

Orava, J. 2010. Sosiaalipedagogisen hevostoiminnan päämäärät ja toteutus - Hevostoiminnan ohjaajien kuvaamana. Itä-Suomen Yliopisto. s. 4 - 7, 15 - 16. Viitattu 22.1.2016.<https://asiakas.kotisivukone.com/files/hevostoiminta.kotisivukone.com/gradupdf.pdf>

Palola L. 2013. Ratsastusterapian mahdollisuudet lasten ja nuorten psykososiaalisessa kuntoutuksessa. Teoksessa Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa - Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino.

Pasanen, T. 2001. Lastenkodin asiakaskunta - Psykiatrinen tutkimus lastenkotilasten kehityksellistä riski- ja suojaavista tekijöistä, oirehdinnasta sekä hoidontarpeesta. Turun yliopisto: Painosalama.

Pölkki, T. Kanste, O. Elo, S. & Kääriäinen, M. & Kyngäs, H. 2012. Järjestelmällisten kirjallisuuskatsausten metodologinen laatu: Katsaus kansainvälisiin ja kansallisiin hoitotieteen julkaisuihin vuodelta 2009-2010. Hoitotiede 24 (2012) : 4, 337. Hoitotieteiden tutkimusseura HTTS r.y.

Rabb H. 2014. Koira-avusteinen kasvatusta- ja kuntoutustyö lastensuojelussa. Viitattu 24.1.2016.http://www.pesapuu.fi/media/uploads/dokumentit/perhehoidonpaivat/tyopajat/koira-avusteinen_kasvatus-ja_kuntoutusty%C3%B6_lastensuojelussa.pdf

Rissanen, R. 2007. Saari, S. & Varis, T. 2007. Ammatillinen kasvu - Professional Growth. Keuruu: Otavan Kirjapaino.

Roberts, F. Bradberry, J. & Williams, C. 2004. Equine-Facilitated Psychotherapy Benefits Students and Children. Holistic Nursing Practice Vol 18/No. 1. 01/02 2004, 32.

Saastamoinen, K. 2010. Lapsen asema sijaishuollossa: Käsikirja arjen toimintaan. Helsinki: Edita Prima.

Salmela, J. 2013a. Viidakkoportaati - Eläinavusteisen valmentajan opas. Kokkola. Alfa Partners.

Salmela, J. 2013b. Terapeuttisia eläimiä. Teoksessa Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa - Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino.

Sarajärvi, A. Mattila, L-R. & Rekola, L. 2011. Näyttöön perustuva toiminta - Avain hoitotyön kehittymiseen. Helsinki: WSOY.

Sinivuo, R. Koivula, M. & Kylmä, J. 2012. Havainnointi aineistonkeruumenetelmänä kliinisessä ympäristössä. Hoitotiede 24 (2012: 4, 293. Hoitotieteiden tutkimusseura HTTS r.y Viitattu 24.1.2016

Sinkkonen, J. 2013. Lapsen yksilökehitys ja suhde eläimiin. Teoksessa Ikäheimo, K. 2013. Karvaterapiaa - Eläinavusteinen työskentely Suomessa. Helsinki: Yliopistopaino.

Sosiaalipedagoginen Hevostoiminta ry. 2015. Hevostoiminta. Viitattu 21.5.2015. <http://www.hevostoiminta.net/>

Sosiaalipedagoginen Hevostoiminta. n.d. Suomen Ratsastajainliitto. Viitattu 11.5.2015. http://www.ratsastus.fi/ratsastustietoa/sosiaalipedagoginen_toiminta

Suomen amerikkalaisperäisten työkoirarotujen harrastajayhdistys ry (SATHY). n.d. Terapia-koiratoiminta. Viitattu 18.5.2015. <http://www.sathy.fi/terapia-koira.html>

Suomen Kennelliitto. n.d. Kaverikoira. Viitattu 18.5.2015. <http://www.kennelliitto.fi/>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). 2014. Toimintamalli tilanteessa, jossa lapsella on vakavia koulunkäyntiongelmia ja lastensuojelutarve. Helsingin kaupungin opetusvirasto 10/2014, 7. Viitattu 9.5.2014. <https://www.thl.fi/documents/647345/808044/Toimintamalli+tilanteessa+jossa+lapsella+on+vakavia+koulunk%C3%A4yntiongelmia+ja+lastensuojelutarve+2014+MV+versio.pdf/d15ef829-5bb7-4289-bad0-90fbbeec4122>

Terveiden ja Hyvinvoinnin laitos (THL). 2015. Lastenkoti, nuorisokoti. Lastensuojelun käsikirja 1.4.2015a. Viitattu 11.5.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/sijaishuolto/sijaishuollon-muodot/lastensuojelulaitokset/lastenkoti-nuorisokoti>

Terveiden ja Hyvinvoinninlaitos (THL). 2015. Perhetyö. Lastensuojelun käsikirja 18.11.2015b. Viitattu 12.1.2016. <https://www.thl.fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo>

Therapet Foundation. n.d. What is animal assisted therapy? Viitattu 18.5.2015 <http://www.therapet.org/learn-more/what-is-animal-assisted-therapy/#tog-gle-id-2>

Timonen, P. 2009. Peljalan laatukäsikirja - Laadunhallinta ja mielenterveyden edistäminen Peljalan nuorisokodissa. Jyväskylä. s. 5 - 6, 9 - 10. Viitattu 06.01.2016. http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/19012/jamk_1237806518_7.pdf?sequence=2

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa - Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. Viitattu 12.01.2016. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Valkeapää K. 2015. Tutkimusaineiston valinta systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. Teoksessa Stolt, M. Axelin, A. & Suhonen, R. Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turku: Turun yliopisto.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Vilkka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Liitteet

Liite 1: Tapahtumajuliste	30
Liite 2: Kysymyslomake	31

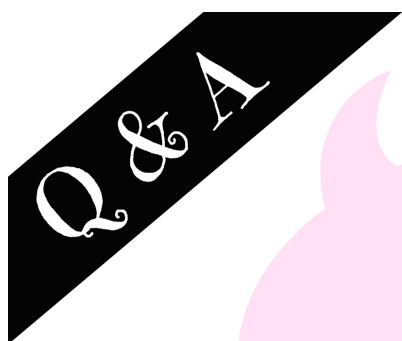
TALLIPÄIVÄ

Tervetuloa retkelle
hevostallille tiistaina 16.6!*

Luvassa
ratsastusta,
hevosen hoitoa
ja mukavaa
yhdessäoloa!



***Lähtö Toivolasta klo 9.30**



Mitä mieltä olit päivästä?



Millaista oli olla tekemisissä hevosten kanssa?



Olisitko toivonut päivältä jotakin lisää? Mitä?



KIIITOS!!!